Joe Vitale

Podróże do wnętrza SIEBIE



ZŁOTE MYŚLI

Autor: Joe Vitale
Tytuł: Podróże do wnętrza siebie
Tytuł oryginału: Adventures Within
Tłumaczenie: Anna Buriak

Wydanie I
Data: 27.1.2010

ISBN: 978-83-7582-944-0

Projekt okładki: Marzena Osuchowicz-Podleś
Redakcja: Magda Wasilewska, Sylwia Fortuna
Skład: Karolina Pawlas

Wydawnictwo Złote Myśli sp. z o.o.
44-100 Gliwice
ul. Daszyńskiego 5
www.ZloteMysli.pl
e-mail: kontakt@zlotemysli.pl

Spis treści

Dedykuję, z pełną miłością, moim rodzicom

Ostrzeżenie!

To, co przeczytasz w tej książce, może Cię zaszokować.

Większość wydarzeń miała miejsce ponad dwadzieścia lat temu. Opisałem je ponad dziesięć lat temu[1]. W owym czasie nie zdecydowałem się na opublikowanie tego materiału, gdyż uznałem, że jest zbyt osobisty i emocjonalny. Już same pierwsze dwa rozdziały nie są dla strachliwych.

Dlaczego zdecydowałem się na publikację teraz?

Po tym, jak moja książka, *Marketing duchowy*, stała się bestsellerem w księgarni internetowej Amazon, zdałem sobie sprawę z tego, jak wiele osób chciałoby poznać całą moją historię. Wielu pytało o to, co działo się, zanim spotkałem Jonathana, duchowego uzdrowiciela, o którym pisałem w książce.

Nie zwracałem większej uwagi na te prośby, dopóki moja ostatnia książka, *Największy w historii sekret robienia pieniędzy*, również nie stała się międzynarodowym bestsellerem na Amazon. Wtedy jeszcze więcej

[1] Autor pisał te słowa w 2003 roku [przyp. red.].

osób pisało do mnie z prośbą, abym opowiedział im o swojej życiowej drodze. Wielu mówiło, że chciałoby przeczytać moją autobiografię.

Jak już wspomniałem, większość tego materiału powstała ponad dziesięć lat temu, kiedy zmagałem się z losem, głodowałem i byłem nieznany. Niewiele wtedy opublikowałem, mieszkałem w norze, ale wciąż podążałem wytrwale (a raczej ledwo czołgałem się) za swoimi marzeniami.

Przez ponad dziesięć lat książkę, którą teraz trzymacie w rękach, odkładałem na bok, ponieważ nie byłem z siebie zadowolony. Miałem za sobą mnóstwo dziwnych zajęć, począwszy od chodzenia po rozżarzonych węglach aż po oddawanie czci guru — i niewiele z tego wynikało. Chciałem widzieć rezultaty swoich działań, ale żadnych nie było. W takich okolicznościach wstydziłem się wtedy opublikować tę książkę. Nagrałem więc dokument na dyskietkę i schowałem ją, nawet przed samym sobą.

Dyskietkę znalazłem w czerwcu 2003 roku. Tom Parish pomógł mi odczytać pliki, ponieważ pisałem te rozdziały, używając programu komputerowego, który nie jest już używany. Jenny Meadows przeczytała zaś tę książkę i powiedziała mi, że rzeczywiście powinienem ją opublikować. Powiedziała mi, że ciężko jej się czytało pierwsze dwa rozdziały, bo były tak mocne, ale pozostała część książki była „…interesują-

ca, fascynująca, sugestywna, dostarczała informacji oraz prowokowała do myślenia”.

Przeczytasz o najwcześniejszym etapie mojej duchowej ścieżki. Myślę, że będzie to dla Ciebie interesująca, i być może inspirująca, lektura. Pamiętaj o tym, że powstała ponad dziesięć lat temu. Zawiera cząstkę mnie, która przeobraziła się w człowieka, którym jestem dzisiaj.

Pamiętaj również o tym, że moja nauka była bolesna, zaś Ty możesz nauczyć się czegoś poprzez czytanie.

Innymi słowy, podczas gdy ja doświadczałem rzeczy wyczerpujących i dziwnych, aby zdobyć wiedzę, którą posiadam dzisiaj, Ty możesz ją zdobyć po prostu poprzez lekturę.

Pamiętając o tym, przewróć stronę…

Dr. Joe Vitale

Sierpień 2003

Wstęp

Czerwiec 1990

Mknąłem dzisiaj rano mokrymi ulicami Houston, aby wziąć udział w nowym seminarium zatytułowanym *Zaprojektuj swoje życie*. Jadąc w deszczu, przez całą drogę biłem się z myślami. Chodziło mi po głowie to, że powinienem być teraz domu i pracować nad swoją najnowszą książką. W pewnym momencie mój samochód wpadł w poślizg (na autostradzie!) i obrócił się o 180 stopni — tak, że był teraz skierowany w stronę domu. Wciąż jednak nie docierały do mnie te sygnały.

Godzinę po tym, jak rozpoczął się wykład, kobieta siedząca obok mnie i wykonująca ze mną ćwiczenie, które polegało na określeniu swoich celów życiowych i wartości, spojrzała na mnie i powiedziała:

— Co ty tutaj robisz?

— Słucham? — zapytałem zdziwiony.

— Sam mógłbyś prowadzić takie seminarium — powiedziała. — Brałeś udział w większej liczbie warsztatów niż 200 osób zebranych na tej sali. Widzę to po

tym, jak wykonujesz to ćwiczenie. Dlaczego więc tu jesteś?

Roześmiałem się głośno. Zdałem sobie sprawę z tego, że nie byłem wobec siebie szczery i byłem zachwycony tym, że odkryto moje prawdziwe „ja”. Potrzebna mi była obca osoba z kochającym sercem i bystrym umysłem, żebym usłyszał to, o czym już wiedziałem.

Przez dwadzieścia lat pracowałem nad sobą i brałem udział w różnych seminariach, warsztatach i zajęciach. Chodziłem po rozżarzonych węglach. Spędziłem całe dwa tygodnie zamknięty w pokoju z grupą spotkaniową, której przewodzili przywódcy przypominający Gestapo. Spędziłem siedem lat z jednym z najbardziej znanych i kontrowersyjnych guru na świecie. Znalazłem się w tak wyczerpujących sytuacjach dotyczących rozwoju osobistego, że doprowadzały one aż do krwawienia z nosa. Przeprowadzałem wywiady z licznymi guru, nauczycielami, osobami prowadzącymi seminaria oraz ze znanymi postaciami ruchu *New Age*.

Ta kobieta miała rację. Co też ja robiłem na tym seminarium?

Podziękowałem swojej mądrej partnerce i opuściłem salę podczas najbliższej przerwy. Pojechałem do domu (bez poślizgów) i powróciłem do pisania najnowszej książki. Nie potrzebowałem uczestniczyć do końca w seminarium *Zaprojektuj swoje życie*, aby wiedzieć,

że to właśnie *Podróż do wnętrza siebie* jest projektem, który ma dla mnie teraz największą wartość.

Podróż do wnętrza siebie jest prawdziwą historią mojej dwudziestoletniej przygody z różnymi guru, seminariami i wydarzeniami *New Age*. Książka ta, przynajmniej w moim odczuciu, stanowi częściowo autobiografię, powieść przygodową, poradnik oraz przypowieść. Moim zamiarem jest pokazać Ci na kartach tej książki, jak to jest brać udział w niecodziennych warsztatach (takich jak chodzenie po rozżarzonych węglach) albo być uczniem kontrowersyjnego człowieka, takiego jak guru Rajneesh. Chcę również, aby ta książka dostarczyła Ci informacji na temat metod i nauczycieli, którzy są skuteczni (takich jak Meir Schneider, który leczy ślepotę, czy Barry Neil Kaufman, który leczy autyzm). Pragnę również, aby ta książka zwróciła uwagę na rzeczy, które zbyt często bezkrytycznie przyjmujemy (jak np. *channeling*, zwany też kanalizmem) albo zbyt szybko odrzucamy (jak siła wiary).

Pisanie tej książki było dla mnie wypełnione śmiechem. A właściwie śmiechem przez łzy. W końcu udało mi się opowiedzieć swoją historię. CAŁĄ historię. Zawsze się pilnowałem, kiedy publicznie wypowiadałem się na temat swoich doświadczeń. Nigdy nie wdawałem się w szczegóły ani nie byłem do końca szczery. Nawet sam ze sobą.

W tej książce nie hamowałem się. Edgar Allan Poe powiedział kiedyś, że nie da się napisać całkowicie szczerej książki bez spalania papieru, na którym się pisze. No cóż, również powinieneś poczuć ciepło na swoich palcach, przewracając strony tej książki! (Jeśli zaś tego nie czujesz, przejdź do Rozdziału 6, gdzie opisuję chodzenie po rozżarzonych węglach!)

Napisałem tę historię w równej mierze dla Ciebie, jak i dla siebie. Chcę, żebyś zrozumiał moje życie, ale pragnę również podzielić się z Tobą pewnymi przemyśleniami, które wniosą w Twoje życie zmiany. Życie większości z nas biegnie przewidywalnym torem. Chcę, żeby ta książka poszerzyła Twoje horyzonty i zniosła bariery wokół Ciebie.

Chcę Ci pomóc sięgnąć do Twojego wnętrza.

Baw się dobrze!

Joe Vitale

Austin, Texas

www.mrfire.com

Rozdział Pierwszy

Zakazana strefa

Dzieje powstania kronikarza Świata Wewnętrznego

Zastanawiasz się pewnie nad tym, jak to się stało, że zostałem wciągnięty do kontrkulturowego ruchu o nazwie New Age. Sam się nad tym zastanawiam. Czasami wydaje mi się, że nie miałem na to większego wpływu. Często wydawało mi się, że coś prowadzi mnie na tę dziwną ścieżkę. Ale uchylanie się od odpowiedzialności nie pozwoli mi wyjaśnić, dlaczego zrobiłem to, co zrobiłem.

Najlepsze, co mogę zrobić, to opisać niektóre wydarzenia w swoim życiu. Być może wtedy zrozumiesz, dlaczego życie w „zakazanej strefie" wydawało mi się atrakcyjniejsze od szarej rzeczywistości. Zawsze cie-

kawiło mnie moje życie. To właśnie ta ciekawość oraz pragnienie ucieczki od bólu mojego dzieciństwa sprawiły, że szukałem nowego sposobu na życie.

Wczesne narodziny

Urodziłem się wcześnie. Mój ojciec był elektrykiem, ja byłem dla niego jak pierwsze porażenie prądem.

Właściwie to mój ojciec był brygadzistą na kolei, byłym żołnierzem piechoty morskiej oraz bokserem, który był tak bardzo wdzięczny Bogu za narodziny swojego pierwszego syna, że w ten zimowy deszczowy dzień 1953 roku poszedł do kościoła, padł na kolana i podziękował Panu.

Jego wdzięczność jednak nie trwała długo. Ojciec traktował mnie oraz moją matkę jak żołnierzy ze swojego plutonu. Był autorytatywny, surowy, macho i, czasami, okrutny. Dopiero po czasie zrozumiałem presję, którą odczuwał, więc nie piszę tego, aby było Ci mnie żal. Fakty to fakty.

Mój ojciec odebrał stare włoskie wychowanie, które mówiło, że to mężczyzna jest głową rodziny i ma nad nią pełną kontrolę. To przekonanie było dla niego źródłem ogromnego stresu. Pomimo że ćwiczył co-

dziennie, biegał, skakał na skakance i okładał ciosami worek treningowy, często również wyżywał się na rodzinie. Nigdy nie było to miłe. Ponieważ jednak byłem dzieckiem i nie mogłem nic zrobić, nie było od tego ucieczki.

Pamiętam, jak raz ojciec popchnął mnie w kałużę ciepłego moczu. Miałem wtedy chyba szesnaście lat. Nadal moczyłem łóżko. Było to dla mnie upokarzające i niewygodne. Teraz wiem, że było to spowodowane strachem przed ojcem. Bałem się go. Jego zachowanie wywoływało taki strach u mnie i u moich braci, że tylko w nocy dawaliśmy upust emocjom, zaś efekty tego były tragiczne.

W końcu mocz wypalił dziurę w moim materacu. Ta dziura stopniowo się zwiększała, aż mocz w końcu zaczął się zbierać na dnie łóżka w plastikowej obudowie. Był to okropny, cuchnący i żenujący widok.

Pamiętam dzień, w którym mojemu ojcu puściły nerwy. Ludzie wnosili wtedy dla mnie nowy materac. Była przy tym obecna moja matka, bracia, siostra i babcia. Kiedy pracownicy dostawy podnieśli mój stary materac, plastikowa obudowa pękła, a żółta trucizna rozlała się po podłodze. Mój ojciec stracił panowanie nad sobą. Żyła na jego szyi pulsowała. Jego oczy przypomniały oczy dzikiego zwierzęcia. Wiele razy mówił o tym, że kiedy uprawia boks, czuje dziką żądzę zabijania. W tej właśnie chwili ją dostrzegłem.

Byłem przerażony. Czułem, jak włosy mi się jeżą na karku.

Przyłożył swoją wielką dłoń do mojej szyi i pchnął mnie na ziemię. Następnie pchnął moją twarz w kałużę moczu. Nie mogłem mu się przeciwstawić ani też nie śmiałbym tego zrobić.

— Wpakuj tam swoją gębę! — krzyczał ojciec. — Posmakuj tego!

Płakałem. Moja matka była przerażona i nie mogła się ruszyć. Babcia, matka mojego ojca, powiedziała mu po włosku pełnym poruszenia głosem, żeby przestał. Po kilku minutach tej tortury ojciec dał mi spokój.

Trudno jest zapomnieć o takim znęcaniu się. Albo wybaczyć. Już samo pisanie o tym sprawia, że przeszywają mnie dreszcze. W końcu, oczywiście, przestałem się moczyć w nocy, ale nie była to świadoma decyzja. W miarę dorastania zmieniłem się. Nigdy jednak nie zapomniałem lat naznaczonych strasznym znęcaniem i poniżaniem.

Taniec z prądem

Pamiętam, jak pewnego jesiennego dnia szedłem z dwójką swoich braci do apteki na rogu. Byłem wtedy nastolatkiem, najstarszym w rodzinie, więc opiekowałem się braćmi. Moi bracia rzucali w domy kamieniami. Kazałem im przestać, ale wiedzieli, że tak naprawdę nic im nie mogę zrobić. Rzucali więc dalej. Nagle z jednego z domów wybiegła kobieta i przydybała nas we trójkę.

Ta wielka, wredna kobieta zmusiła nas, żebyśmy weszli z nią do jej domu i żebym zadzwonił po swojego ojca.

— Nie chce pani, żebym po niego dzwonił — powiedziałem.

— Dzwoń natychmiast albo ja zadzwonię! — zażądała.

Sami możecie sobie wyobrazić, co się działo dalej. Chwilę później mój ojciec był przed jej domem, wściekły, z czerwoną twarzą i gotów, by zabić.

Chwycił jednego z moich braci i zaczął okładać go pasem. Mój brat wisiał w powietrzu, podczas gdy ojciec trzymał go za ramię i bił do nieprzytomności.

Kobieta, widząc wściekłość i furię mojego ojca, krzyczała, żeby przestał.

— Weź ich do domu i tam ich zlej — powiedziała.

Jestem pewien, że żałowała tego, że zadzwoniła po mojego ojca, kiedy zobaczyła, jak traktuje swoje dzieci. Nie powstrzymała go jednak.

— Weź ich do domu i tam to rób — powtarzała. — Nie rób tego tutaj.

Ojciec kazał nam wsiąść do samochodu, pognał do domu i okładał nas przez całą drogę. Nie zdążyliśmy nawet dojść do drzwi, a już płakaliśmy, krzyczelimy i słanialiśmy się z bólu. Jego pas był dla mojej skóry niczym porażenia prądem.

Zakryłem swoją głowę i krzyczałem:

— MOJA GŁOWA! MOJA GŁOWA!

Udawałem, że uderzyłem głową o drzwi, żeby ojciec przestał nas lać. I w końcu przestał. Na tyle długo, żebym zdążył sprawdzić stan swojej czaszki. A później znów zaczął nas bić.

Ja oberwałem najmocniej. Nie miało znaczenia, że nigdy nie rzuciłem kamieniem w dom tej kobiety. To ja byłem „na czele grupy" i powinienem był powstrzymać moich braci. Całe lata po tym wydarzeniu moi rodzice wciąż twierdzili, że to była moja wina. Nigdy nie zapomniałem tego, co się stało — bardziej chodzi o niesprawiedliwość całej sytuacji niż o lanie.

Nie winię ojca. To, co zrobił, było straszne. W dzisiejszych czasach poszedłby siedzieć za znęcanie się nad

dziećmi. Ale działał w przekonaniu o zasadzie mówiącej, że aby sprawić, żeby dzieci słuchały, należy spuścić im lanie. Nie widział innego wyjścia.

Lata po tym wydarzeniu, gdy byłem już żonaty i miałem problemy finansowe, poczułem to, co musiał czuć mój ojciec. Na co dzień nie bił mnie z powodu moczenia łóżka, ale robił to wtedy, gdy musiał kupić nowy materac. To ta czynność go tak bolała. Przypomniała mu o tym, jak mało posiadamy, jak ciężko musiał pracować i ile rachunków miał do zapłacenia. Kolejny materac był dużym obciążeniem dla domowego budżetu.

Porównałem to uczcie do sytuacji, gdy razem z żoną potrzebowaliśmy nowego samochodu, ale nie mieliśmy pieniędzy. Albo do sytuacji, gdy jeden z naszych kotów przegryzł kabel elektryczny i wymagał natychmiastowej pomocy weterynarza, a my nie mieliśmy żadnych pieniędzy w banku i nie mogliśmy za to zapłacić. To bolało. Bolało pewnie tak samo, jak musiało boleć mojego ojca.

Różniliśmy się jedynie tym, że ja nigdy na nikogo nie podniosłem ręki z tego powodu.

Poszukiwanie spokoju

Musiało istnieć coś lepszego!

Czasy mojej młodości nie były szczęśliwe. Oczywiście zdarzały się radosne chwile, ale ogólnie rzecz biorąc, było beznadziejnie. Kiedy byliśmy gotowi na to, aby wprowadzić się do domu, który mój ojciec sam wybudował, moja matka powiedziała:

— Będziemy tam mieć wszystko, czego potrzebujemy, a w piwnicy będzie wisiał pas do zlania Joeya.

Moje bicie wpisało się na stałe w krajobraz rodzinny. A byłem tylko nastolatkiem.

Jeden z moich przyjaciół starał się kiedyś usprawiedliwić wszystkie lania, które spuścił mi ojciec.

— Ojciec nauczył cię posłuszeństwa — mówił. — Nauczyłeś się postępować słusznie.

— Niee — zaprzeczyłem. — Nauczyłem się, jak nie dać się złapać, gdy postępuję źle.

— Ale bicie nauczyło cię być dobrą osobą, czyż nie?

— Byłem dobrym człowiekiem i bez bicia — odpowiedziałem. — I nadal nim jestem. Spójrz na moją siostrę. Wychowała trójkę dzieci na wzorowych uczniów, są lubiane i zdrowe. Nigdy nie podnosi na nie ręki. Traktuje je z szacunkiem, nie jak zwierzęta.

Wyglądało na to, że przyjaciel zrozumiał to, co chciałem mu powiedzieć. Ale musiałem dodać jeszcze jedno wyjaśnienie (lubię mieć ostatnie słowo).

— Jeśli traktujesz ludzi z szacunkiem, nauczą się oni szanować samych siebie — powiedziałem. — Ale jeśli ich bijesz, uczysz ich tego, że są nic nie warci. Postrzegają samych siebie jako niewolników.

Ponieważ nie byłem zadowolony z tego, co miałem, zapragnąłem czegoś innego. I w tym właśnie momencie zacząłem zapoznawać się z alternatywami. Inne dzieciaki mogą uciekać w narkotyki lub alkohol, ja zaś wybrałem ucieczkę w obszar własnego umysłu.

Kierowała mną silna ciekawość życia, ale nauczyłem się poruszać w ściśle określonych rejonach. Byłem uważny — a może raczej przerażony — zrobieniem czegokolwiek, co mogłoby rozzłościć mojego ojca. Zamiast więc rozpocząć poszukiwania od tego, co na zewnątrz, zwróciłem się w głąb siebie.

Czytałem książki o postrzeganiu pozazmysłowym (ESP, ang. *Extra-sensory perception*), zjawiskach nadnaturalnych, hipnozie, duchach, telepatii, magii i wielu innych. Książka Claude'a Bristola pt. *Magia wiary*, klasyk, była moim wstępem do metafizyki. Nauczyła mnie ona o niesamowitej mocy ludzkiego umysłu. W chwili, kiedy uda Ci się stworzyć w umyśle obraz, który będzie tak żywy, że będziesz mógł go niemal zobaczyć, dotknąć, posmakować, a nawet powąchać

czy usłyszeć, wtedy najprawdopodobniej uda Ci się go urzeczywistnić.

Kolejna wspaniała książka, której zresztą nie udało mi się odnaleźć od dwóch dekad, nosiła tytuł *How to strengthen your life with mental isometrics*[2]. Napisał ją angielski hipnotyzer o imieniu Sidney Petrie, razem z pisarzem Robertem Stone'em. Pamiętam, że ta książka zrobiła na mnie ogromne wrażenie. Tak samo jak książka Bristola, nauczyła mnie, że umysł człowieka jest najsilniejszym z ludzkich narzędzi. Kolejna osoba, która wywarła na mnie wpływ, to Robert Collier. Jego sławne, zamawiane pocztą książki nauczyły mnie, że pozytywne myślenie może przekładać się na pozytywne wyniki. Przeczytałem jego klasyczną pozycję, *The Secret of the Ages*[3] oraz jeszcze jedną wspaniałą książkę Colliera, tj. *Riches Within Your Reach*[4].

Każda z nich malowała obraz nieba na ziemi — w całości stworzonego w ludzkim umyśle.Byłem również członkiem ESP Lab[5]. Al Manning i jego tajemniczy przyjaciele dostali sporo z moich pieniędzy. Dzięki temu, że skłamałem co do kwestii swojego wieku, całe

[2] *Jak wzmocnić swoje życie za pomocą izometrii duchowej* [przyp. tłum.].

[3] *Sekret wieków* [przyp. tłum.].

[4] *Bogactwa w twoim zasięgu* [przyp. tłum.].

[5] ESP Lab — grupa zajmująca się postrzeganiem pozazmysłowym [przyp. tłum.].

lato jako szesnastolatek przepracowałem na kolei, więc sporo zarobiłem. Nie miałem samochodu, nie musiałem płacić czynszu ani rachunków. Wydawałem więc niemal wszystko na samodoskonalenie. Zapisałem się na kurs korespondencyjny uczący korzystania z „I Ching”, czyli chińskiej Księgi Przemian. Kupiłem taśmy do magnetofonu szpulowego, aby posłuchać tego, co Al Manning miał do powiedzenia na temat życia i seksu (głównie tego drugiego). Kupowałem książki Ala, kasety, pudry itp. Al Manning był sporą częścią mojego życia w owym czasie, więc nawet dziś, dwadzieścia lat później, myślę o nim z ciepłym uśmiechem na twarzy.

Miałem 16 lat i pragnąłem mieć mądrego przyjaciela. Uznałem, że takim przyjacielem mogą być duchy. Włączyłem jedną z taśm Ala Manninga i się rozluźniłem. Zacząłem słuchać Profesora Reinhardta, jego własnego przewodnika duchowego. Podczas słuchania zaczął mnie ogarniać strach. A jeśli RZECZYWIŚCIE spotkam swojego duchowego nauczyciela? Ducha? A jeśli do mnie przemówi? Albo — dobry Boże — jeśli będzie chciał mnie DOTKNĄĆ?

Delikatny podmuch omiótł moją twarz. Czy to był duch? Czy to był duch kobiety? Czy będzie chciała się ze mną kochać? Ponieważ byłem prawiczkiem, ta myśl wcale nie pomagała mi się rozluźnić.

Usłyszałem skrzypienie podłogi, jakby ktoś po niej chodził. W mgnieniu oka zerwałem się, wyłączyłem

taśmę i jak z procy wystrzeliłem z pokoju. Chciałem spotkać swoich nauczycieli-duchów, ale zbyt bardzo się tego obawiałem. Pomimo to, jeszcze przez kilka dni po tym wydarzeniu miałem dziwne wrażenie, że „ktoś" mnie obserwuje…

Umysł mnie fascynował. Wiedziałem, że można robić rzeczy, o których ludziom się nie śniło i byłem gotów spróbować czegokolwiek (oprócz spotykania niewidzialnych martwych ludzi).

Pamiętam, jak próbowałem przejść przez ścianę. Czytałem o tym, że wszystko, co nas otacza, to energia; nasze włosy są energią, ciało, a także ściany. Doszedłem więc do wniosku, że jeśli mam odpowiedni rodzaj energii, uda mi się przejść przez ścianę. Oczywiście nigdy mi się nie udało. Nigdy nie miałem „prawidłowej" energii do tego.

Myślę, że pragnąłem mieć superumysł, aby móc pokonać mojego ojca jego siłą. Walczenie z nim jego własną bronią nie wchodziło w rachubę. Był zbyt dobrze wytrenowany, jak zabójca. Tytuł jego ulubionej książki brzmiał *Zabij lub zgiń*.

Dlatego też użyłem mojego umysłu. Szybko jednak zorientowałem się, że nie słuchał tego, czego się nauczyłem. Pamiętam, jak mu powiedziałem:

— Tato, czy wiedziałeś o tym, że gdy twoja wyobraźnia walczy z twoją wolą, wyobraźnia zawsze wygrywa?

To fakt psychologiczny. Właśnie o tym przeczytałem i zrobiło to na mnie ogromne wrażenie. Na moim ojcu jednak nie.

— Nieprawda — odpowiedział.

— Ależ tak. Przeczytałem o tym w książce.

— Książki nie zawsze mówią prawdę, Joey.

Rozumiecie, o co mi chodzi. Gdyby próbował mnie pokonać za pomocą siły swojego ciała, mógłby mnie łatwo pokonać. Gdy próbowałem użyć swojego umysłu, po prostu zaprzeczał temu, co mówię. To było bardzo frustrujące.

Największy magik świata

Czytam sporo biografii. Nieważne, czy byłaby to biografia Daniela Boonne'a, czy Herry'ego Houdiniego, zrozumiałem, że ludzie muszą się mierzyć z wieloma przeciwnościami losu. Nie byłem więc sam. Rozumiem również, że zazwyczaj wychodzili z tych trudności zwycięsko; nieważne, że sytuacja wydawała się beznadziejna. Żeby tak się stało potrzeba nadziei, marzeń, odwagi, wytrwałości i szczęścia.

Ponieważ mój ojciec był osobą zbyt apodyktyczną, aby pozwolić mi na swobodę działania, to właśnie mój umysł stał się dla mnie miejscem pełnym przygód. Czytanie książek było bezpieczne, ale ekscytujące. Co dziwne, to właśnie dzięki książkom zacząłem wychodzić ze swojej skorupy. To one pchnęły mnie do działania. Sprawiły, że obudziło się we mnie pragnienie życia, które opisywały.

Przeczytawszy książkę o Houdinim, podjąłem decyzję, że zostanę największym magikiem na świecie. Wymyśliłem sobie nawet imię oraz kilka sztuczek karcianych. Pozwalałem swoim braciom na to, żeby związywali mnie liną w piwnicy, abym mógł ćwiczyć ucieczki. Zawsze udawało mi się uciec. Żaden węzeł nie dał mi rady!

Ćwiczyłem też wstrzymywanie oddechu. Zaplanowałem, że pozwolę się związać i zrzucić z mostu prosto do rzeki. Nawet wtedy myślałem o swoim wizerunku i powodowaniu medialnego zamętu. Nie wiedziałem, dlaczego wcześniej na to nie wpadłem. Być może powstrzymywał mnie strach. Być może ojciec. Nie pamiętam.

Nigdy jednak nie przestałem interesować się magią. Jeden z powodów, dla których zająłem się metafizyką, był taki, że poszukiwałem PRAWDZIWEJ magii. Byłem bardzo zawiedziony, że wszystkie magiczne sztuczki, które zakupiłem i których się nauczyłem, były właśnie tylko tym: SZTUCZKAMI!

Pewnego dnia kupiłem sztuczkę o nazwie „tańcząca chusteczka". Miała ona polegać na tym, że magik wyciągał chusteczkę z kieszeni i ona tańczyła przed nim na podłodze. Kupiłem sekret pozwalający na wykonanie tej sztuczki. Kiedy przeczytałem instrukcję, byłem zdumiony, że aby chusteczka zaczęła tańczyć, potrzebne były druciki. Naprawdę wierzyłem w to, że chusteczka będzie tańczyć jak żywa. Pamiętam, że położyłem ją na podłodze i rozkazałem: TAŃCZ! Kiedy się nie poruszyła, przeczytałem instrukcję. Byłem głęboko zawiedziony.

Pragnąłem prawdziwej magii.

Największy bokser na świecie

Mój ojciec był bokserem. Podobno całkiem niezłym. Przeczytałem wiele biografii bokserów i temat ten mnie zafascynował. Byli barwnymi postaciami. Zacząłem uwielbiać takich ludzi jak James J. Corbett, który pobił sławnego Johna L. Sullivana. Niewiele osób wie, że Corbett napisał swoją autobiografię. Oczywiście przeczytałem ją.

Czytałem o Gene Tunneyu, który pokonał Jacka Dempseya. Jednym z moich ulubionych bokserów był Floyd Patterson. Floyd zawsze wydawał się być

takim dżentelmenem. Spotkałem go, gdy byłem dzieciakiem i było to dla mnie jak spotkanie z bożyszczem.

Floyd właśnie pokonał jakiegoś lokalnego boksera w Cleveland i zmierzał w stronę swojej szafki. Wdrapałem się na siedzenie, przebiegłem między rzędami, przeskoczyłem ogrodzenie tylko po to, by móc położyć mu dłoń na ramieniu. Floyd był największym i najsilniejszym mężczyzną, jakiegokolwiek widziałem. Chciałem być taki jak on.

Pomimo że mógł mnie trenować ojciec, trenowałem sam. Traktowałem to serio! Na moje treningi składały się codzienne biegi po kilka mil, treningi z workiem treningowym, skakanie na skakance, aż obracający się sznur zlewał się w świszczącą plamę, robienie pompek, przysiadów itd. Każdego wieczoru kładłem się do łóżka i widziałem siebie jako mistrza świata wagi ciężkiej. Wszystko, czego się nauczyłem od Ala Manninga, Claude'a Bristola i Roberta Colliera było przydatne. Wyobrażałem sobie siebie na ringu, w chwale, ze wzniesionymi rękoma, tak aby każdy wiedział, że jestem zwycięzcą.

W tamtym okresie byłem w najlepszej formie w całym swoim życiu. A później zszedłem po schodach do piwnicy, gdzie na krześle przy schodach siedział mój ojciec i powiedział coś, co wszystko zniszczyło.

— Jesteś w świetnej formie — powiedział. Spojrzałem na niego, zastanawiając się, co zaraz doda. — Ale przez całe życie będziesz walczył z nadwagą.

Byłem zdumiony. Przygnębiony. Zdruzgotany. Załamany. Uwierzyłem, że jestem w beznadziejnej sytuacji. Ciężko pracowałem na to, aby być w wyśmienitej kondycji fizycznej. A teraz usłyszałem, że w oczach mojego ojca zawsze będę miał „problem” z wagą.

W tym momencie się poddałem.

Największy hipnotyzer na świecie

Przez chwilę chciałem być hipnotyzerem. Przeczytałem kilka książek na ten temat i znalazłem przyjaciela, który zgodził się być moim królikiem doświadczalnym.

Wprowadziłem go w trans i powiedziałem:

— Twoja ręka jest zdrętwiała. Za chwilę poczujesz dotyk kostki lodu na swojej ręce.

Przystawiłem zapaloną zapałkę do jego skóry.

— Rzeczywiście zimne! — powiedział z uśmiechem.

Innym razem powiedziałem mu, aby zapytał szczerze samego siebie, kim powinien zostać w przyszłości.

— Widzę zegar — opowiedział. — Co piętnaście minut pojawia się inny zawód. To są pewnie możliwe wybory.

— Jakie są te cztery zawody?

— Cały czas zmieniają się — powiedział. — Nie wiem, co jest dla mnie odpowiednie.

Chociaż eksperyment okazał się trochę frustrujący, byłem pod wrażeniem tego, że mojemu przyjacielowi udało się wydobyć odpowiedź ze swojej podświadomości.

Nasze eksperymenty nie zawsze się udawały.

Czytałem o tzw. regresji wiekowej i chciałem wypróbować ją na Billu, moim przyjacielu i pomocniku. Wprowadziłem go w głęboki trans i cofnęliśmy się w czasie aż do momentu, gdy miał pięć lat. Poprosiłem, żeby powiedział mi, ile ma lat.

— Siedemdziesiąt dwa, a ty?! — powiedział, śmiejąc się jak psotliwe dziecko i uderzając dłońmi w kolana.

— Billy, powiedz mi, ile masz lat.

— Siedemdziesiąt dwa, a ty ile?!

Ponieważ nasza rozmowa zmierzała donikąd, zdecydowałem się obudzić Billy'ego. Klasnąłem w dłonie, gdyż to był nasz znak, na który Billy miał się obudzić.

— Bill, a teraz się ockniesz — powiedziałem i klasnąłem w dłonie.

Bill roześmiał się głośno. Brzmiał jak mały dzieciak, który nie zamierza posłuchać się osoby starszej.

Znów klasnąłem w dłonie. Śmiał się. „A niech to”, pomyślałem.

— Ile masz lat, Bill?

— Więcej niż ty.

Spanikowałem. Jak miałem przywrócić go do odpowiedniego wieku? Jak wytłumaczyć jego matce, że nie ma już 16 lat — tylko cofnął się do wieku pięciu lat!? Ponieważ byłem mistrzem w wizualizacji, łatwo wyobraziłem sobie siebie za kratkami za zrobienie Billowi prania mózgu.

W poszukiwaniu wiedzy o hipnozie dowiedziałem się, że w Cleveland, w stanie Ohio, jest kilku hipnotyzerów klinicznych. Zdecydowałem, że zadzwonię do jednego z nich. Wiedziałem, że stało się coś poważnego. Musiałem coś zrobić. I to szybko.

— Proszę mnie połączyć z Dr. Carlstonem — powiedziałem do sekretarki lub pielęgniarki, która odebrała telefon.

— W jakiej sprawie?

— To nagły wypadek — powiedziałem, starając się brzmieć jak zmartwiona, dorosła osoba. — To naprawdę ważne.

W tej chwili słuchawkę podniósł Dr. Carlstone.

— Tak? — odezwał się. Brzmiał jak palący cygara freudowski analityk. Jego głos był szorstki i nieprzyjemny.

— Proszę pana, mam pytanie — byłem zdenerwowany. Zaledwie kilka metrów ode mnie siedział Bill na swoim krześle i śmiał się jak idiota. Zastanawiałem się, czy doktor to słyszy.

— O co chodzi?

— Nazywam się Joe Vitale i uczę się hipnozy.

— Że co robisz?

— Uczę się hipnozy. Zastanawiałem się, co się robi w przypadku, gdy dana osoba nie może wyjść z transu.

— Bawisz się hipnozą?

— Nie, proszę pana. Ja i mój przyjaciel po prostu się tego uczymy i…

— Dajcie sobie, dzieciaki, lepiej spokój z hipnozą!

— Ależ nie, nie, nie — odpowiedziałem łamiącym się głosem. W tle wciąż było słychać śmiech Billa. — Co się dzieje, kiedy ktoś nie może wyjść z transu?

— Nie mam czasu odpowiadać na te pytania — powiedział. — Zadzwoń wieczorem, kiedy będę miał czas.

— Proszę poczekać! — krzyknąłem. — Doktorze Carlston, szczerze mówiąc, wprowadziłem kolegę w trans i on nie może z niego wyjść.

— CO ZROBIŁEŚ?! — zagrzmiał.

— Staraliśmy się dokonać regresji wiekowej i…

— Jezu! Możesz w ten sposób narobić kłopotów! Co z wami, dzieciaki? Nie można bawić się czymś tak potężnym jak hipnoza.

W słuchawce słychać było tylko ciężki oddech. Wiedziałem, że mam być cicho. W końcu doktor przemówił.

— Co teraz robi twój przyjaciel?

Obejrzałem się za siebie. Bill wciąż siedział na krześle, śmiejąc się z jakiegoś wymyślonego przez siebie żartu.

— Śmieje się — odpowiedziałem. — Najprawdopodobniej ma około pięciu lat.

— Boże! No cóż, przejdzie mu. Trans sam się zakończy albo chłopak zaśnie i się obudzi. Nic mu nie będzie.

— Naprawdę? — zapytałem. — Czy mam coś jeszcze zrobić?

— Przestań bawić się hipnozą. To zawód i umiejętność, nie jest dla dzieci.

— Już więcej nie będę tego robił — obiecałem.

Po tym jak się rozłączyłem, podszedłem do Billa. Klasnąłem w dłonie i powiedziałem:

— Zbudź się!

Bill zamrugał oczami. Przez moment wyglądał na skołowanego. Spojrzał na mnie i powiedział:

— Śniło mi się, że mam jakieś pięć lat.

— Już więcej nie chcę zajmować się hipnozą — odpowiedziałem.

Największy kaznodzieja na świecie

Kiedy myślisz o swoim życiu, przed oczami pojawiają Ci się różne obrazy. O istnieniu niektórych nie miałeś nawet pojęcia.

Niemal całkowicie zapomniałem o tym, że w pewnym momencie życia, jako nastolatek — a więc w decydującym wieku — chciałem być przywódcą religijnym. Zostałem wychowany w rodzinie katolickiej i ten sposób życia nie był dla mnie zrozumiały. Mój dalszy kuzyn, ksiądz, również nie pomógł mi w żaden sposób. To fascynujący człowiek. Mówi dziewięcioma językami, urodził się w Rzymie, był więźniem wojennym za czasów Mussoliniego, dwa razy stał przed plutonem

egzekucyjnym i — na kilka sekund przed śmiercią — ocalił go Niemiec miłujący katolików.

Przez długi czas katolikom nie wolno było spożywać mięsa w piątki. Mój kuzyn był w restauracji z moją rodziną i zamówił hamburgera. Wszyscy spojrzeliśmy po sobie. W końcu mój ojciec, najodważniejszy z całej grupy, przemówił.

— Wybacz ojcze, ale czy dzisiaj nie jest piątek?

— Tak.

— Ale właśnie zamówiłeś hamburgera.

Kelnerka przyniosła hamburgera i postawiła przed księdzem. Mój kuzyn spojrzał na soczyste mięso i tłustą bułeczkę, przeciągnął dłonią nad hamburgerem i rzekł:

— W imię Ojca i Syna, i Ducha Świętego — i stało się rybą.

Było to ironiczne zachowanie, które wprawiło mnie w zakłopotanie. Przez chwilę myślałem, że sam zostanę księdzem. Odwiedziłem kilku księży w moim miasteczku i zapytałem ich o swoje zamiary. Byli poruszeni tym, że nastolatek pragnie świętości. Jeden z nich dotknął mojego policzka i dał mi błogosławieństwo. Pamiętam, że po tym poszedłem do kościoła i się modliłem. Kiedy wyszedłem, świat zdawał mi się był przepełniony światłością. Tak jakby Bóg obmył cały

świat. Wszystko zdawało się mieć poświatę pełną energii, która sprawiała, że czułem się wspaniale.

Nie podobał mi się jednak brak zgodności w kościele i wśród jego sług. Głównym czynnikiem motywującym był strach. Chodź do kościoła i módl się albo pójdziesz do piekła. Też mi wybór. Ponieważ sam już bardzo bałem się życia, chodzenie do miejsca, gdzie ten strach byłby umacniany, a nawet pożądany, nie wydawało mi się dobrym wyborem. Dlatego zrezygnowałem.

Przez jakiś czas chodziłem na spotkania Mormonów. Historia Josepha Smitha, który odkrył nową Biblię i widział duchy, zaintrygowała mnie. Kilku misjonarzy przyszło do mojego domu i przez kilka dni nauczyli mnie zasad mormonizmu. Przeszedłem nawet swój pierwszy post z nimi, w ramach procesu oczyszczającego, zanim miałem zostać ochrzczony jako Mormon.

Tutaj jednak interweniował mój ojciec. Na wieczór przed moim chrztem Tata wziął na rozmowę dwóch młodych nauczycieli Mormonów, którzy zostali moimi przyjaciółmi.

— Już od kilku tygodni słuchałem was obu — powiedział mój Tata do Mormonów siedzących przy naszym kuchennym stole. — Zrobiliście mu pranie mózgu, żeby myślał, że wasz sposób na życie jest najlepszy. Otóż, nie jest!

Pomimo zaskoczenia, Mormoni zachowali spokój.

— Zapraszaliśmy pana, żeby usiadł pan z nami, aby mógł pan zrozumieć to, co mówimy Joey'owi — powiedział jeden z nich.

— Słuchałem was z pokoju obok — powiedział Tata. — To niedorzeczne. Zaraz wam podam przykład. Mówicie, że każdy powinien oddać dziesięć procent swojego dochodu, a stanie się bogatszy.

— Zgadza się.

— Dajcie spokój! Oczekujecie, że głodujący ludzie z trzeciego świata oddadzą swoje ostatnie pieniądze? Oczekujecie, że ubodzy ludzie mieszkający na południu u stóp gór oddadzą dziesięć procent tego, co posiadają?

— Tak.

Tata zwrócił się do mnie:

— Widzisz, co oni wygadują? Chcą, żeby ludzie oddawali pieniądze IM, żeby oni mogli dalej działać!

— Ale tato…

— Wynoście się z mojego domu — powiedział mój Tata dwóm gościom. — Zrobiliście mojemu Joey'owi pranie mózgu, żeby myślał tak jak wy. Wynocha. Natychmiast!

Chyba nie muszę mówić, że zrobili tak, jak kazał.

Kolejnym przystankiem, który zadowoliłby mnie — i może również mojego ojca — na mojej ścieżce

duchowo-religijnych poszukiwań, był Billy Graham. Uwielbiałem jego poruszające rozmowy. Pamiętam, że czytałem jego prace i podobało mi się jego bardziej pozytywne podejście do religii. Tacie Billy również się podobał.

Zainteresowałem się ewangelicyzmem i czytałem książki o Billym Sudayu, poprzedniku Billy'ego Grahama. Mówcy pokroju „przyjdź do mnie i dostąp zbawienia", tacy jak Sunday i Graham, mieli charyzmę i moc, której trudno było się oprzeć. Byli wyćwiczonymi mówcami. Wiedzieli, jak panować nad tłumem.

Tym, co jednak mnie martwiło w ich przypadku — i niemal w przypadku każdej religii, którą się interesowałem — było ich odrzucenie bardziej metafizycznych, czy też może wewnętrznych, aspektów życia. Duchy i zjawiska nadnaturalne uważane były za dzieło szatana. Nie mogłem się z tym zgodzić. Było to ograniczające i zarozumiałe. W pewnym sensie wiedziałem, że religia powinna obejmować wszystkie aspekty życia. Nie można powiedzieć, że ma się rację i odrzucić wszystko inne jako niesłuszne, tak jak to robi wielu fundamentalistów. Świat był zbyt ogromny. Było zbyt dużo kultur, aby istniała jedna religia, która mogłaby stwierdzić, że ma odpowiedzi na wszystkie pytania.

Moje poszukiwania trwały dalej. Czasami czułem się jak agnostyk, który chciał wierzyć w Boga, ale nie był

pewien tego, czy On istnieje. Innym razem czułem się jak ateista, który odmawiał wiary w jakiekolwiek bóstwo.

Pamiętam, że obwiniałem Boga za wiele trudności w moim życiu. Pewnego dnia ćwiczyłem w piwnicy w domu rodziców, gdy usłyszałem, że się kłócą. Ojciec wydzierał się na matkę, a ona mu odszczekiwała. Słyszałem ich i czułem, jak przepełnia mnie uczucie udręki. Było to bardzo bolesne.

— I to ma być życie? — powiedziałem głośno, ponieważ chciałem, żeby w jakiś sposób moje słowa dotarły do „Boga". — Jeśli mnie słyszysz, spraw, żeby przestali się kłócić!

Czekałem. Moi rodzice wciąż prowadzili bitwę na słowa. Stałem tam na dole, z twarzą zalaną łzami, i słuchałem. Uznałem, że Boga nie było w domu albo nie słuchał — bądź też nie istniał. Żadna z tych opcji mnie nie uszczęśliwiała.

Największy pisarz na świecie

Gdzieś pośród wszystkich moich doświadczeń zdałem sobie sprawę z tego, że mógłbym być, KIMKOLWIEK tylko zapragnę, gdybym został pisarzem.

Książki stały się tak ważną częścią mojego życia, że zdałem sobie sprawę z tego, że ich pisanie mogłoby być dla mnie niesamowicie satysfakcjonującym zajęciem. Czytałem również wiele książek Roda Sterlinga, twórcy *Strefy mroku*, i wiedziałem, że mogę zagrać każdą rolę, jaką chcę — od boksera, przez magika, aż do kaznodziei poprzez po prostu pisanie o tym i umieszczanie siebie samego w książce.

Do dzisiaj jestem pełen podziwu dla siebie samego za to, jak bardzo pracowałem nad swoim rozwojem. Przeczytałem każdą książkę na temat pisania. Wykonałem wszystkie ćwiczenia, które polecali ich autorzy. Potrafiłem przesiadywać godzinami w bibliotece, pracując nad gramatyką, poszukując materiałów, pracując nad stylem i ucząc się sztuki pisania.

Kiedy miałem 17 lat, spotkałem Roda Sterlinga. Miał właśnie przeprowadzić wykład w Youngstown, w stanie Ohio. Zadbałem o to, żeby siedzieć w pierwszym rzędzie. Zawsze podziwiałem talenty twórcze Sterlinga. Byłem podenerwowany i podekscytowany tym spotkaniem.

Przeżyłem jednak zawód. Sterling okazał się być małym człowiekiem w przeciętnym garniturze, z napiętym uśmiechem na twarzy. Jego górna warga nie ruszała się, jakby była przyklejona do górnych zębów. Chyba oczekiwałem, że pojawi się na scenie w obłoku dymu i olśni nas swoimi zdolnościami werbalnymi.

Znów oczekiwałem prawdziwej magii. Dostałem jednak życie. Cóż za rozczarowanie.

Sterling był człowiekiem. Pomimo że pisał mrożące krew w żyłach historie, powiedział: „gdybym usłyszał hałas w środku nocy, byłbym pierwszym, który wyskoczy ze strachu z portek”. Był również bokserem i powiedział, że był jedynym, którego zarówno wnoszono na ring, jak i wynoszono z ringu.

Był otwarty i można było go polubić, ale z pewnością nie był Bogiem, za którego go miałem. Opowiadał o byciu pisarzem i o tym, że jego pomysły często odrzucano. Mówił również, że sprzedanie pierwszej książki było dla niego bardziej ekscytujące niż zgarnięcie sześciocyfrowej sumy za scenariusz, który napisał. Pod koniec swojego wykładu, zachęcał nas do zadawania pytań. Podniosłem rękę i zadałem pytanie.

— Czy planuje pan napisać autobiografię? Proszę uzasadnić swoją odpowiedź.

Byłem bardzo zdenerwowany i zadałem to pytanie z prędkością karabinu maszynowego. Ktoś w tylnym rzędzie zaczął się ze mnie śmiać. Sterling jednak zdawał się rozumieć moje pytanie.

— Napisać swoją biografię? — zapytał. — Nie sądzę, abym kiedykolwiek to zrobił. Niczego takiego nie

zrobiłem w swoim życiu, więc myślę, że moja autobiografia byłaby raczej nudna.

Cieszę się, że mogłem z nim porozmawiać. Myślę jednak, że jego odpowiedź pokazała, jak bardzo nie doceniał swojego życia ani swojej wyjątkowości. Rzeczywiście nigdy nie napisał swojej historii. Uważam, że dla nas jest to wielka strata, ponieważ umarł kilka lat później po tym, jak go spotkałem.

Od tamtej pory jednak uzależniłem się od pisania. Kochałem tworzyć historie, kształtować słowa w zdania, które sprawiały, że ludzie się śmiali, płakali, myśleli lub odczuwali. Bycie pisarzem pokrywało się z moim zainteresowaniem metafizyką. Nie zdawałem sobie wtedy z tego sprawy, ale wybrałem zawód, który jest bardzo duchowy i zorientowany na życie wewnętrzne człowieka.

Większość pisarzy nie wie, skąd płyną ich słowa. James Dickey mawiał, że to, co pisze, jest dla niego większym zaskoczeniem niż dla samych czytelników. Pastor Eric Butterworth mówił, że każdego dnia siadał do maszyny do pisania i po prostu zaczynał stukać w klawisze. Prędzej czy później natrafiał na żyzny grunt pełen pomysłów i tak powstawały kolejne jego książki.

Kiedy zaczynam pisać, słowa wzbierają gdzieś wewnątrz mnie i przedostają się do mojej świadomości. W tym momencie zaczynam je zapisywać. Ale słowa te pochodzą z moich głębokich czeluści, nie z mojej

świadomości. I tutaj właśnie jest to duchowe połączenie. Kiedy zapadam w „trans pisarza" — jak to określa mistrz horrorów, Stephen King — doświadczam niesamowitego wymiaru kreatywności, w którym nie liczy się ego. To pomaga mi pielęgnować swoją świadomość, wrażliwość, empatię, ciekawość i mądrość oraz mam nadzieję, że dzięki temu to, co piszę, dobrze się czyta.

William Saroyan był kolejnym sławnym pisarzem, który wywarł na mnie wpływ. Napisałem o nim nawet kiedyś sztukę teatralną. W jego książkach było coś, co sprawiało, że ożywały — chodziły, mówiły, żyły i oddychały. Pamiętam go z jego wcześniejszych opowiadań, które powstały, kiedy miał pewnie około trzydziestu lat, gdzie główny bohater jest uczestnikiem wypadku z udziałem autobusu. Do stojącej obok dziewczyny mówi:

— Nic mi nie będzie. Po prostu bądź świadkiem tego, co się dzieje.

Bycie „świadkiem" czy obserwatorem to bardzo duchowe zajęcie. Pozwala spojrzeć na życie z dystansu. Pozwala oderwać się od bólu i cierpienia.

Ale skąd Saroyan, Amerykanin armeńskiego pochodzenia, który nie interesował się duchowością, mógł wiedzieć coś o byciu „świadkiem"? Przeczytałem wszystkie jego książki i biografie o nim. Niewiele jest w nich odniesień do Wschodu. Wygląda jednak na to, że autor na swojej życiowej ścieżce poznał jeden

z największych sekretów życia. Domyślam się, że było to niejako efektem ubocznym bycia pisarzem.

Zdobywając wiedzę na temat pisania i pisarzy, ćwiczyłem swój warsztat oraz nauczyłem się poddawać impulsom, które skłaniają mnie do pisania — powoli odkrywałem leczniczą moc twórczości. Prowadzę znane warsztaty *Pisanie dla Przemian*, podczas których pomagam ludziom doświadczyć tego aspektu tworzenia. Wszyscy to uwielbiają. Jedna kobieta powiedziała mi: „twoje zajęcia mają lepsze działanie terapeutyczne niż siedem lat terapii, na którą chodziłam".

Ale to nie moja zasługa. Ani nie zajęć. To siła tworzenia, którą wyrażamy poprzez pisanie. Jestem przekonany o tym, że wszyscy pisarze tego doświadczyli — i że tak to pokochali, że kiedy nie tworzyli, zaglądali do kieliszka. Szara codzienność nie może się z tym równać.

Pomimo że w książce tej opisuję różne przygody, odkrycia i przełomy, których doświadczyłem, w sercu całej tej podróży zawsze leży proces tworzenia. Kocham tworzyć i wierzę w to, że jestem tutaj, aby obudzić twórczość w Tobie i w każdym, kogo spotkam. Kreatywność to po prostu niedrogi sposób na bycie „na haju", który może zmienić Twoje życie. To narkotyk dla duszy.

Mówi się, że „na początku było słowo". A ja mówię, że „na początku była cisza, a my zapełniliśmy tę ciszę słowami". Pisanie jest dla mnie sposobem na dotarcie

do wnętrza naszej historii, tak abyśmy mogli powrócić do naszej istności.

Do tworzenia możesz wykorzystać doświadczenia z własnego życia. Możesz też wymyślić historię na podstawie tego, co masz pod ręką. Np. Mark Twain czerpał z codziennych doświadczeń, pisząc swoje zabawne historie. Moja żona często jest zdumiona tym, jak szybko potrafię stworzyć coś na podstawie tego, co działo się w ciągu dnia. Żartobliwie mówi, że mam talent do „małego, błyskawicznego zmyślania". Odpowiadam jej wtedy, że wolę, żeby mówiła, że jestem twórczy.

Nie ma doświadczeń, które zdobyliśmy na swojej drodze bez żadnego celu. Znęcanie w dzieciństwie, boks, magia czy pisanie — to wszystko składa się na mój bagaż doświadczeń, który mnie ukształtował. Każde z tych doświadczeń pozwoliło mi coś zrozumieć. Doświadczenia naszego życia są jak zioła i przyprawy, które nadają nam smak. Nie zjedlibyśmy samego czosnku (chociaż moi bracia zjedli kiedyś całą główkę czosnku, żeby wygrać zakład z ojcem). Dodaj jednak odrobinę czosnku do chili, a otrzymasz coś wyśmienitego!

Ty również składasz się z takich przypraw, które nadają smak całej potrawie. Wykorzystaj więc przyprawy ze swojego życia i twórz. Możesz stworzyć książkę, piosenkę, obraz, rzeźbę czy cokolwiek innego,

co przyjdzie Ci do głowy. Kiedy już to zrobisz, doświadczysz leczniczej siły kreatywności.

Oto szybki przykład: kiedy byłem w college'u, strasznie podobała mi się dziewczyna o imieniu Wendy. Ale ona nie odwzajemniała mojego uczucia. Typowa nieodwzajemniona miłość. Napisałem więc sztukę teatralną, w której dałem jej rolę, a grana przez nią bohaterka została przeze mnie uśmiercona. Mój nauczyciel od sztuki był zachwycony. Dla mnie zaś miało to działanie terapeutyczne.

Jeszcze jeden przykład: lata temu znalazłem się w Dallas bez samochodu, bez pieniędzy, pracy, przyjaciół i z niewielkimi nadziejami. Poszedłem na rozmowę o pracę do jednej z największych gazet. Mężczyzna, który przeprowadzał rozmowę, był bardzo niemiły i płytki. Przypominał maszynę. Kiedy wróciłem do domu, napisałem opowiadanie o mężczyźnie, który idzie na rozmowę o pracę, którą prowadzi robot. W tej historii głównemu bohaterowi udaje się przechytrzyć robota i wyjść zwycięsko z całej sytuacji. To też miało dla mnie działanie terapeutyczne.

Rozumiecie więc, o co chodzi.

Z odwiedzania „zakazanej strefy" życia wynika jednak coś jeszcze bardziej wspaniałego. Kiedy całkowicie się temu poddasz i pozwolisz swojemu umysłowi działać, gdzieś znika ego, wewnętrzny cenzor robi sobie przerwę, a do głosu dochodzi Twoje wnętrze. Daje to niesamowitego kopa.

Znam wielu terapeutów i szkoleniowców, którzy wciąż patrzą na swoją przeszłość i łkają. Jeden mówi: „musisz uwolnić emocje ze swojego ciała, które powstały poprzez znęcanie”. Inny zaś mówi: „wybacz i idź dalej”.

Każda ścieżka jest słuszna, dla różnych ludzi, na pewnym etapie życia. Problemy pojawiają się, gdy próbuje się takie rozwiązanie sprzedać, jako uniwersalny lek na wszystko. Pisanie pomogło mi zrozumieć własne życie. Jako dziennikarzowi ruchu New Age udało mi się zachować trzeźwy umysł, ponieważ musiałem opisać to, czego doświadczałem. Ale żaden pisarz nie jest obiektywny. Patrzymy na życie ze swojej perspektywy i przemawiają przez nas wpojone nam idee. Ja też dałem się ponieść.

Leo Buscaglia, sławny mówca i autor piszący o miłości, mówi, że miał szczęśliwe dzieciństwo. Z czułością mówi o swoim ojcu i matce oraz o latach, które spędzili wspólnie jako rodzina. Czytałem kiedyś jednak artykuł, w którym jego brat dziwił się:

— O czym on mówi? Nasze życie rodzinne wcale tak nie wyglądało.

Wszystko jednak zależy od tego, jak na to spojrzymy. Nie cieszę się z tego, że w dzieciństwie się nade mną znęcano, ale przyjmuję do wiadomości to, co się stało. To mnie ukształtowało. Jeśli prawdą jest to, że wybieramy swoich rodziców i swoje przeznaczenie

jeszcze przed narodzinami, jak mówią niektórzy, musi kryć się za tym jakiś POWÓD.

Szukanie powodu jest zajęciem dla rozumu. Być może mądrzej byłoby zaakceptować to, kim jesteśmy, skąd przyszliśmy i dokąd zmierzamy. Pewien mędrzec powiedział kiedyś: „kiedy budzisz się, to wstajesz". Nie trzeba nosić ze sobą bagażu przeszłości. Można zostawić go z tyłu w tej właśnie chwili.

Kiedy jadę na zajęcia, gdzie uczę pisania, moją głowę często zaprzątają różne zmartwienia, plany, zadania do wykonania. Ale kiedy już docieram na miejsce, to wszystko zostawiam za drzwiami. Porzucam po prostu cały ten umysłowy bagaż i robię swoje. Można to samo robić w każdym aspekcie życia.

Tak jak to kiedyś powiedziała Jane Roberts' Seth — „potęga tkwi w chwili obecnej".

Rozdział Drugi

Przejażdżka wśród kwiatów pomarańczy z Rajneeshem (oraz jego upadek)

Jeśli masz więcej niż 40 lat, musiałeś już kiedyś słyszeć o Rajneeshem. Jestem tego pewien. Przez kilka miesięcy w połowie lat 80. pisała o nim każda gazeta w kraju. Bhagwan Shree Rajneesh był hinduskim guru z białą brodą, który kierował jednym z największych — i najbardziej kontrowersyjnych — ruchów duchowych na świecie. Mówiono o nim „guru seksu", a także „guru dla bogaczy". Bhagwan stał się największym okrytym złą sławą guru dekady. Posiadał sto Rolls Royce'ów i pół miliona uczniów. Po tym jak deportowano go z USA, żaden kraj nie chciał udzielić mu schronienia. Przez chwilę zastanawiałem się, gdzie wyląduje swoim odrzutowcem.

Rajneesha już nie ma. Zmarł w styczniu 1990 roku w wieku 58 lat z powodu niewydolności serca. Jego uczniowie twierdzą, że nie powróci, ponieważ doznał oświecenia, a jego przeznaczenie się wypełniło. Ludzie zajmujący się metafizyką twierdzą, że Bhagwan

zmarł, gdyż w jego życiu brakowało miłości, co z kolei doprowadziło jego serce do ruiny. Zaś politycy na całym świecie cieszą się, że odszedł. Nigdy go nie lubili.

Byłem uczniem Bhagwana przez ponad siedem lat. Ponieważ nigdy nie wycofałem swoich dokumentów, pewnie nadal mogę być uważany za jego „sannjasina". Prowadziłem jego centrum medytacyjne w Houston, dwa razy odwiedziłem go w Oregonie, siedziałem przed nim, gdy milczał, siedziałem przed nim, gdy wykładał, organizowałem dla niego przyciągające uwagę wydarzenia w Teksasie.

Ludzie zastanawiają się, dlaczego to robiłem. Dlaczego ten porządny katolicki chłopak szuka wewnętrznego spełnienia na Wschodzie. Dlaczego ten młody facet, wywodzący się z klasy średniej i wychowany w Ohio, ubiera się na pomarańczowo i nosi naszyjnik zrobiony ze 108 drewnianych paciorków? Dlaczego pracownik koncernu Exxon nosi na szyi medalion z portretem Bhagwana, skoro jego twarz spogląda ze wszystkich okładek największych czasopism? Dlaczego ten całkiem inteligentny pisarz nadal kocha swojego nauczyciela, nawet gdy ruch guru został oskarżony o defraudację, usiłowanie zabójstwa, przewinienia seksualne i mieszanie się do polityki?

Powiem wam dlaczego.

Taoizm

Przez całe moje życie nękał mnie pewien symbol. Kiedy byłem nastolatkiem, widziałem go na kartonach mleka, na pociągach, nawet na książkach. Nie miałem zwidów. Symbol zawsze pojawiał się jako znak handlowy lub logo jakiejś firmy. Nie rozumiałem, dlaczego tak wiele firm go używa. Ani dlaczego tak bardzo mnie prześladuje.

Gdy miałem 16 lat, dowiedziałem się, że ten symbol to starożytny chiński symbol yin-yang. Znacie go. Jest to koło podzielone na dwie części esowatą linią — jedna połowa jest ciemna, zaś druga jasna. Czasami pojawia się biała kropka w ciemnej połówce i czarna kropka w jasnej połówce. Symbol obrazuje równowagę świata. Mężczyznę i kobietę, jasność i ciemność, dobro i zło. Ogólnie rzecz ujmując, yin-yang uznaje się za symbol taoizmu.

Nie dowiedziałem się o tym wszystkim od razu. Zabrało to trochę czasu. Najpierw widziałem ten symbol niemal wszędzie, gdzie spojrzałem i zastanawiałem się, dlaczego, do diabła, tak bardzo rzuca mi się w oczy, a innym nie, no i co to OZNACZA?

Byłem członkiem E.S.P. Laboratory z Los Angeles i zapytałem kierownika, Ala Manninga, co ten symbol oznacza.

— To znak od twoich przewodników duchowych, że są przy tobie obecni.

— Czyżby? — zapytałem. — Dlaczego po prostu nie zadzwonią?

Al nie śmiał się. Traktował swoje seanse i zdolności duchowe całkiem poważnie.

W ten sposób zetknąłem się z taoizmem. Byłem już wtedy żonaty i mieszkałem w Houston. Wciąż byłem zagubiony, poszukiwałem, byłem zmęczony, męczyłem się jako kiepski student college'u i jako nieszczęśliwy kierowca ciężarówki (to była wtedy moja praca). Wszedłem więc do jednej z najsławniejszych księgarni specjalizującej się w literaturze metafizycznej.

Księgarnia „Era Wodnika" mieści się w wielkim domu na terenie Uniwersytetu Rice w centrum Houston. Kiedy wszedłem tam po raz pierwszy, byłem pod wrażeniem ścian pełnych półek z książkami. Mieli tam wszystko — od filozofii, poprzez astrologię, aż do dziwnych książek o „mocy piramid" i „energii kryształów".

Ale tym, co przykuło moją uwagę — widzę to przed oczyma nawet teraz — były książki po prawej stronie sklepu. Wszystkie napisał ten sam człowiek. Rajneesh. Tematem jego książek był Zen, Chrystus, Budda i — pewnie się domyślacie — taoizm.

Wziąłem do ręki książkę o taoizmie. Na okładce widniało zdjęcie autora. Nie spodobał mi się. Miał czarną brodę i, z tego, co sobie przypominam, nagą klatkę piersiową. Był też Hindusem. Nie potrafiłem poczuć z nim więzi. Ale zauważyłem jego oczy. Były duże, ciemne i pełne światła. Było w nich coś, co przykuło moją uwagę.

Otworzyłem książkę. Przeczytałem kilka zdań. Jako osoba, która kocha książki, zawsze lubię poznawać nowych autorów i ich styl. Styl Rajneesha był poetycki, łagodny i mądry. Jego słowa przemawiały do mnie. W tej chwili nie pamiętam już, o czym dokładnie czytałem, ale wiem, że trafiał do mnie.

Wymagało ode mnie sporo dyscypliny, aby nie kupić tej książki. Udało mi się jednak wyjść z księgarni bez niej. Przynajmniej chwilowo.

W ramach pracy musiałem pojechać do miejsca, gdzie produkuje się najsłynniejsze lody w Teksasie. Przez całą drogę, kierując wielką ciężarówką i jadąc pomiędzy łagodnymi wzniesieniami niedaleko Austin, myślałem o Rajneeshem i jego książce. Zanim dotarłem do Houston, przepadłem. Poszedłem kupić tę książkę.

Tego wieczoru razem z żoną czytaliśmy książkę na zmianę. Byliśmy pod ogromnym wrażeniem. W słowach Rajneesha było coś prawdziwego. Tak jakby mówił do nas z miejsca wiedzy, którego nie byliśmy w stanie przeniknąć. Potrafił też wpleść opowiadania

i żarty w swój przekaz, który trudno było zapomnieć. I mu się oprzeć.

Później przeczytałem jeszcze inne książki. Szał zakupów dawał pokarm mojej duszy, ale opróżniał moje konto bankowe. Nie szkodzi. Pracowałem nad sobą i byłem szczęśliwszy. Poza tym pieniądze są czymś materialnym, a ja pragnąłem czegoś duchowego. A przynajmniej tak wtedy sądziłem.

Taoizm nie był w centrum moich zainteresowań. Pomimo że moja żona zamówiła dla mnie obrączkę ślubną z wygrawerowanym symbolem yin-yang, a taoizm wydawał się najlepszą dla mnie religią, chodziło mi o coś więcej. Rajneesh nie znał granic. Potrafił rozmawiać o filozofii Zen i o taoizmie z taką łatwością, z jaką mógł opowiadać żarty czy cytować psychologów i fizyków. Wydawał się być geniuszem. Prawdziwy mówca, który potrafił zawładnąć umysłami słuchaczy.

Wciągnęło mnie to. Czytając, dowiedziałem się, że Rajneesh był guru. Miał swoich uczniów zwanych sannjasinami. Miał również swój aszram, zwany największym centrum rozwoju na świecie, w mieście Pune, w Indiach.

Możecie się domyślić, co działo się później. Najpierw rozważałem możliwość zostania uczniem guru. Podejmowanie decyzji nigdy nie przychodziło mi łatwo. Tym razem nie było inaczej. Pewnej nocy miałem sen, w ktrym przyszedł do mnie Bhagwan. Siedzieliśmy razem w pokoju. Wydawało mi się, że to było w In-

diach, ale któż mógłby to stwierdzić? Powiedziałem temu łysemu guru, że rozważam zostanie jego uczniem. Obdarował mnie ciepłym, pełnym miłości uśmiechem, który był niemal zaraźliwy, ale nie powiedział ani słowa. Powiedziałem, że nie byłem pewien, jaką decyzję powinienem podjąć. Powiedział trzy słowa — nie potrafię sobie przypomnieć, co to były za słowa — abym został jego uczniem. Kiedy obudziłem się rano, napisałem list do Rajneesha i poprosiłem o zostanie sannjasinem.

Sannjasini

Listonosz jest moim przyjacielem. Nieważne, czy go znam, czy nie. Ważne jest to, że przynosi mi książki, nagrania, listy, katalogi, paczki, czeki itd. Każdy dzień jest jak Boże Narodzenie — jeśli jest to dzień dostarczania poczty — ponieważ nigdy nie wiesz, co przyniesie listonosz. Do moich drzwi nigdy nie musi dzwonić dwa razy.

List od Bhagwana przyszedł we wrześniu 1979 roku. Był słoneczny dzień. W swojej skrzynce dojrzałem beżową kopertę i w podskokach wróciłem do domu. Byłem wniebowzięty. Rozdarłem kopertę, a tam było moje nowe imię. Swami Anand Manjushri. Załączona

notatka mówiła o tym, że Anand znaczy „błogość”, a Manjushri oznacza „uczeń Buddy”. Co za zaszczyt! Moje ego unosiło się nad ziemią.

Nie wiedziałem jednak, jak się wymawia moje imię. Poszedłem do biblioteki, ale pracownik tylko wzruszył ramionami.

— Naucz się sanskrytu.

Pewnego dnia wychodziłem z poczty, gdy zauważyłem idącego ulicą Hindusa. Zawołałem go.

— Jak wypowiada się to imię? — zapytałem, pokazując moje imię sannjasina.

— Łatwizna. A-nałn Man-dżał-szri.

Od tamtej chwili używałem tego imienia. Nie było to proste. Pewnego dnia, gdy wykonywałem zlecenie dla konserwatywnego pracodawcy z Południa, przedstawiłem się jako Anand Manjushri. Spojrzał na mnie zdumiony.

— Że jak?

Powtórzyłem swoje imię.

— Pochodzisz z tych okolic?

— Z Ohio.

— Masz jakieś przezwisko?

— Możesz mówić do mnie Joe.

No cóż, starałem się najlepiej, jak mogłem.

Największy problem miałem z właścicielką wynajmowanego mieszkania. Była po siedemdziesiątce i uczyła w szkółce niedzielnej. Kiedy zobaczyła moje pomarańczowe szaty i mój mala — sznur drewnianych paciorków i znak Rajneesha, zmartwiła się.

— Czego szukasz aż w Indiach? — zapytała. — Co jest nie tak z naszymi religiami?

— Czy jesz tylko amerykańskie jedzenie? — zapytałem, przeczuwając, że szykuje się awantura. — Inne kraje mają do zaoferowania coś innego. Może nawet lepszego.

— A co jedzenie ma tu do rzeczy?

Widziaem, że nie rozumiała. Postanowiłem podejść do sprawy w sposób bezpośredni.

— Przyjrzałem się im dokładnie i zauważyłem braki — odpowiedziałem. — Kłócą się pomiędzy sobą wzajemnie, wszystkie opierają się na Biblii, ale mimo to nie potrafią dojść do porozumienia. Żadna z nich nigdy nie sprawiła, żebym poczuł się szczęśliwy.

Odpuściła, ponieważ uznała, że jestem miłym facetem i prędzej czy później odzyskam rozum.

Największą kłótnię miałem z moim ojcem. Wysłałem rodzicom artykuł, który napisałem i w którym oddawałem cześć Rajneeshowi. Opowiedziałem w nim o swoich rozmowach, szczęściu, książkach Bhagwana,

medytacjach i o wielu innych rzeczach. Nie spodobało się to moim rodzicom. Pomimo że dzieliło nas dwa tysiące mil, czułem na odległość ich złość.

— Co ty wyprawiasz z tym Rajneeshem? — zapytał mój ojciec przez telefon. — Co się z tobą stało?

— Tato, ten człowiek to geniusz.

— Joe, ten facet to nowoprzybyły.

— Kto taki?

— Nowoprzybyły.

— Co to znaczy? — zapytałem.

— Nie wykazał się niczym. Jest tu nowy.

— Wobec mnie się wykazał, tato.

— To nie przetrwa — powiedział ojciec. — Powinieneś zostawić go w tej chwili.

— Tato, co bycie nowym przybyszem ma z tym wspólnego? To bez sensu, tato. On jest żywy, więc oczywiście może ci się wydawać nowoprzybyłym.

— Zaraz mi powiesz, że Marconi też był nowoprzybyłym.

— Co takiego?

— Uważasz, że Kolumb też był nowym przybyszem?

— Tato, o czym ty wygadujesz? Bhagwan to wspaniały człowiek. Czytałeś kiedyś jego książki?

— Nie, i nie zamierzam!

— Dlaczego więc wyrażasz o nim JAKIEKOLWIEK sądy?

— Posłuchaj mnie, już ja znam ludzi takich jak on.

— Tato, nic o nim nie wiesz. Gdybyś wiedział, cieszyłbyś się moim szczęściem.

Przez chwilę zapanowała cisza.

— Zrobił ci pranie mózgu, co Joe?

Tego było już za wiele. Załamałem się. Zacząłem płakać. Odłożyłem słuchawkę. Po raz pierwszy w moim życiu rozłączyłem się ze swoim ojcem.

Chodziłem po pokoju, płacząc, złoszcząc się i odczuwając zagubienie spowodowane śmiesznymi argumentami mojego ojca. Czułem się tak, jakby grzmoty i błyskawice bawiły się w berka w moim brzuchu. Deszcz obmywał moje policzki, kiedy łkałem. Ból. Straszny ból. Dzięki Bogu była przy mnie moja wspaniała żona, żeby mnie wspierać. Po kilku minutach się uspokoiłem i zadzwoniłem do ojca.

— Przepraszam, tato. Kocham cię. Ale mylisz się co do tego, co powiedziałeś.

— Tak, jasne — odpowiedział mój ojciec. Wciąż był jednak przekonany o tym, że zrobiono mi pranie mózgu. Po tym wydarzeniu długo ze sobą nie rozmawialiśmy. Do naszego następnego spotkania musiało minąć dziesięć lat.

Pomimo sporadycznych kłótni i dziwnych spojrzeń, bycie sannjasinem było proste. Bhagwan poprosił mnie, abym używał swojego nowego imienia, a co za tym idzie, zerwał z przeszłością, co pragnąłem zrobić, oraz abym nosił pomarańczowe szaty i codziennie medytował.

Czy taka prośba brzmi dla Was jak prośba szaleńca?

Sunderam

Działo się to na kilka miesięcy zanim poznałem sannjasinów. Spacerowałem po Houston, myśląc o tym, że wyglądam jak chodząca reklama Rajneesha, aż zobaczyłem drugą chodzącą reklamę w pomarańczowych szatach, wychodzącą ze sklepu z naturalną żywnością. Okazało się, że był to dyrektor centrum medytacyjnego w Houston. Był również profesorem na Uniwersytecie w Houston. Dzięki niemu poznałem wielu innych sannjasinów, m.in. jednego z najbardziej znanych chirurgw z prestiżowego Texas Medical Center. Bhagwan potrafił przyciągać do siebie najlepszych ludzi. Gdyby ktoś go oceniał po tym, jakich miał wychowanków, zdałby egzamin.

Zacząłem uczęszczać na medytacje i słuchałem wykładów Bhagwana w mieszkaniu, które należało do

dyrektora centrum. Medytacje Bhagwana są w przeważającej części niesamowicie aktywne.

Najbardziej znaną oryginalną medytacją jest medytacja „Dynamiczna". Większość osób nie jest w stanie znieść trwającej godzinę medytacji rodem z obozów treningowych, chyba że oszukują.

Pierwsze dziesięć minut medytacji „Dynamicznej" polega na oczyszczającym oddychaniu. To jest dzikie doznanie. Polega na tym, że trzeba stać i oddychać jak szaleniec, który nie może zaczerpnąć tchu. Wyobraź sobie, że robi to 15 osób w małym pomieszczeniu, a Ty jesteś od tego aż cały zasmarkany. To jednak naprawdę pomaga ożywić ducha i napełnia cały organizm energią.

Drugi etap polega na oczyszczeniu. Oznacza to, że pozwalasz, aby prowadziły Cię pragnienia emocjonalne. Masz ochotę krzyczeć? Krzycz aż do zdarcia płuc. Masz ochotę płakać? Zalej się łzami. Chcesz okładać pięściami poduszkę? Daj jej wycisk. Podczas tych 15 minut samooczyszczenia wszystko jest dozwolone. Osoby postronne lubią obserwować ten etap, gdyż mogą popatrzeć na szaleństwo w czystej postaci.

Trzeci 10-minutowy etap polega na tym, że musisz trzymać ręce wyciągnięte prosto w stronę nieba (lub sufitu), skacząc w górę i krzycząc „HOO!", gdy lądujesz na ziemi. Jest to bardzo wyczerpujące. Myślę, że Bhagwan stworzył tę drogę ku błogości w stylu Rambo zainspirowany sufizmem. Albo może był po prostu

w nastroju na odrobinę okrucieństwa. Niesamowicie trudno (przynajmniej dla mnie) jest wykonać tę część. Trzeba zmagać się ze swoim umysłem, który woła „STOP!" za każdym razem, gdy Ty wołasz „HOO!".

Nagle pada rozkaz „STOP!" i każdy zamiera w miejscu, w którym się znalazł. Wyobraź to sobie. Podskakujesz, pocisz się i wrzeszczysz „HOO!", i bez względu na to, w którym miejscu jesteś, masz się zatrzymać. Żadnego ruchu. Nic. Chodzi o to, żeby zajrzeć w głąb siebie. Obserwować. Być świadkiem swojego istnienia. Jestem pewien, że za tą częścią stoi inspiracja wielkim rosyjskim nauczycielem Gurdżijewem. Jeśli opuścisz ręce lub spróbujesz się rozluźnić, z powrotem działasz na zasadzie autopilota i nie jesteś już świadom sam siebie. Tak więc na 10 minut stajesz się posągiem. To właśnie ten ostatni, czwarty etap, jest dla mnie najbardziej owocny. Wszystko, co jest przed nim, stanowi wstęp, który ma prowadzić do oświecenia.

I na końcu, przez ostatnie 10 minut, tańczysz. Świętujesz poprzez poruszanie się, bujanie, skakanie, śmiech — w dowolny sposób, w który chcesz wyrazić radość. I uwierz mi, po ponad godzinie takiej medytacji człowiek bardzo chętnie świętuje jej zakończenie.

Medytacja „Dynamiczna" nie była popularna podczas naszych cotygodniowych spotkań. Teraz rozumiesz dlaczego. Była zbyt forsowna i wyczerpująca. A przebywanie po tej medytacji z 15 osobami w pomieszcze-

niu jest jak przebywanie w szatni po meczu futbolowym. Nikt nie czuje się komfortowo.

W samotności zazwyczaj wykonywałem medytację „Mandala". Zaczyna się ona od 15-minutowego joggingu w miejscu. Robiłem dwie rzeczy za jednym zamachem — godzina medytacji A DO TEGO ćwiczenia fizyczne. Uważałem, że to bardzo mądre.

Bhagwan wierzył w to, że wszystko może być medytacją. Jedynym wymogiem była Twoja świadomość. Istnieje zabawna historyjka Zen o mnichu w klasztorze, który zapytał swojego przełożonego:

— Czy mogę palić, kiedy się modlę?

Drugi mnich mu odpowiedział:

— Nie ma mowy! Modlitwa jest święta! Żadnego palenia!

Następnego dnia mnich, który wcześniej pytał o palenie, palił na zewnątrz fajkę, gdy przechodził koło niego przełożony. Młodszy mnich zatrzymał starszego i zapytał:

— Czy wolno mi modlić się, kiedy palę?

— Ależ oczywiście! — uśmiechnął się starszy mnich. — Możesz się modlić, robiąc cokolwiek.

Bhagwan też taki był. Byłby jednym z pierwszych, który by powiedział, że możesz medytować podczas

palenia. Albo jedzenia. Albo jakiejkolwiek innej czynności.

— Bądź tego świadkiem — często powtarzał. — Wejdź głęboko w ten proces.

Każdego tygodnia grupa uczniów z Houston oraz poszukiwacze ciekawych doznań wykonywali różnego rodzaju medytacje Bhagwana. Były też bardziej odprężające medytacje — Bhagwan miał ich setki na podorędziu — a potem słuchaliśmy tego, co nasz mistrz miał do powiedzenia. Po kilku godzinach wymienialiśmy uściski, krótko gawędziliśmy, po czym każdy szedł w swoją stroną.

Mnie to nigdy nie wystarczało. Uważałem, że Bhagwan zasługiwał na więcej i że jego uczniowie mogli zrobić więcej. Nigdy też nie przepadałem za dyrektorem centrum. Bhagwan posiadał jednak umiejętność zbliżania do siebie ludzi, którzy wcześniej się nie dogadywali. Nazwij to, jak chcesz, ale uczniowie, którzy mieli ze sobą na pieńku, zawsze się jakoś ze sobą stykali. Pojedynki ego. Wybuchające kłótnie. Bhagwan pewnie siedział w Pune i ryczał ze śmiechu. Ponieważ jego celem było unicestwienie ego, bez wątpienia uwielbiał patrzeć na te wszystkie potyczki.

Tak czy inaczej, otworzyłem własny ośrodek. Napisałem do Bhagwana i powiedziałem mu, co zamierzam. Musiałem napisać dwa razy, zanim otrzymałem odpowiedź w beżowej kopercie. Nazwa ośrodka miała

brzmieć Sunderam Rajneesh Meditation Center. A ja miałem być jego dyrektorem.

Moje ego było bardzo zadowolone. Ego kierownika drugiego centrum nienawidziło zaistniałej sytuacji. Ponieważ jednak większość uczniów lubiła mnie, a nie jego, mój ośrodek kwitł.

Dwa razy w tygodniu organizowałem medytacje, co miesiąc prezentowałem wstęp do filozofii Bhagwana, organizowałem wspólne spotkania przy posiłku, wynająłem przestrzeń w wielkim domu dla naszych spotkań grupowych, sprowadziłem do Houston Shakti Gawain, autorkę bestsellerów, aby przeprowadziła dla nas warsztaty, zorganizowałem też wielkie wydarzenie — z pomocą chirurga z Houston — aby przedstawić Bhagwana fachowcom (przybyły setki ludzi), przyprowadziłem również głównych uczniów mistrza oraz znanych przywódców grup.

Oczywiście grupy Bhagwana i przywódcy grup to zupełnie oddzielny temat. Byli tak samo kontrowersyjni, jak ich mistrz. Poprzez nich człowiek doświadczał życia w jego najsurowszej formie i czasami również najbardziej niebezpiecznej.

Połamane ręce, zakrwawione nosy

Bhagwan zwykł opowiadać historię o poszukiwaczu, który odkrył tajemnicze plemię na szczycie góry. Kiedy natknął się na tę grupę, był zdumiony. Ludzie tańczyli, darli się, płakali, krzyczeli, bili się wzajemnie, cudzołożyli, pili, jedli — cokolwiek jesteś sobie w stanie tylko wyobrazić. Było to jak spojrzenie w czeluście piekieł.

Poszukiwacz zawrócił i uciekł od tej szalonej hałastry.

Wiele lat później, odbywając podróż w poszukiwaniu prawdy, ten sam poszukiwacz odwiedził to samo plemię na szczycie góry. Tylko że teraz wszyscy siedzieli w milczeniu. Każdy miał na twarzy wymalowany spokój.

Poszukiwacz chciał się przyłączyć do tej grupy. Usiadł razem z medytującym plemieniem. Nie potrafił jednak usiedzieć na miejscu. Jego umysł był niespokojny. Podczas gdy inni siedzieli w błogości, on czuł się niespokojny. Drapał się po kolanie, zmieniał pozycję, jego myśli gdzieś galopowały, wyobrażał sobie sceny z piekła rodem. Nie zdążyło upłynąć dużo czasu, aż nasz poszukiwacz rzucił to wszystko w cholerę i opuścił szczyt góry.

Bhagwan opowiadał tę historię na okrągło, zaś jego celem było wprowadzenie nas w stan medytacji. Po

chwili jednak dodawał, że jeszcze nie wolno nam medytować. Twój umysł wypełniony jest trucizną, mawiał. Musisz wyrzucić z siebie te wszystkie śmieci, zanim uspokoisz umysł.

Tak samo jak plemię na szczycie góry, które wyglądało dziwnie, krzycząc i lamentując, my, uczniowie Bhagwana, również rozpoczynaliśmy swój oczyszczający proces. Medytacja „Dynamiczna" miała oczywiście za zadanie pomóc nam zrzucić bagaż emocjonalny i umysłowy. Ale trwało to tylko godzinę. My zaś potrzebowaliśmy czegoś bardziej intensywnego, co trwałoby dłużej.

Dostaliśmy to. Grupa Bhagwana stała się znana ze swojego bezkompromisowego podejścia do rozwoju wewnętrznego. Przyciągała do siebie jednych z najbardziej poważanych terapeutów na świecie, ludzi z Esalen i Anglii, ze Szwajcarii i Niemiec, ofiarując im wolność. Spotkania były często tak intensywne, że dochodziło do łamania kości. Nikt jednak — a przynajmniej nic mi o tym nie wiadomo — nie narzekał. Dobrowolnie zapisywali się do grup spotkaniowych i, pomimo strachu, dobrowolnie przez to przechodzili.

W Austin znajdowało się większe i bardziej aktywne niż w Houston Centrum Medytacyjne Rajneesh. To właśnie tam miałem swój pierwszy kontakt z grupą sannjasinów. Pomimo że byłem w Geetam, gdzie Bhagwan miał dużą oazę na pustyni i organizował

małe grupy, Austin było dla mnie większym i bardziej intensywnym przeżyciem. Nigdy tego nie zapomnę.

Z jakiegoś dziwnego powodu dwudniowe spotkanie miało miejsce dwa dni po świętach Bożego Narodzenia. Już sam ten fakt zdenerwował moją żonę, ponieważ musiałem wyjechać w dzień Bożego Narodzenia, a grupa spotykała się dla mnie i miałem stawić jej czoła.

Moja żona nie najlepiej to zniosła i większość czasu spędziła, pijąc i zastanawiając się, co też robił jej mąż. Dotarły do niej również plotki o swobodzie seksualnej.

Wiedziałem, że w grupie Rajneesha wszystko może się zdarzyć i to sprawiało, że się denerwowałem. Próbowałem to ukryć, co sprawiało, że byłem strasznie spięty.

W grupie było 30 osób. Siadaliśmy i pozwalaliśmy, aby wydarzenia toczyły się własnym torem. Przywódcy grup spoglądali zazwyczaj prosto na człowieka i nic nie mówili. Nie było to komfortowe uczucie. Mógłbyś się zastanawiać, czy potrafią czytać Ci w myślach. Zakładając, że tak jest, człowiek otwierał usta i się obnażał. W momencie, gdy ktoś otwierał usta, stawał się zwierzyną łowną dla grupy.

Podczas jednej z wyjątkowo intensywnych scen zaczęło mi krwawić z nosa. Nikt mnie nie uderzył, ale pomieszczenie było tak przesiąknięte energią, a ja tak bardzo starałem się ukryć w sobie swoje obawy, że coś

się złamało i krew pociekła mi po twarzy. Nie próbowałem jednak tego powstrzymać. Byłem zbyt mocno pochłonięty tym, co działo się przede mną.

Młody mężczyzna, który wciąż nie potrafił wymówić imienia Bhagwana, klęczał na czworakach na środku pokoju. Miał nagi tors, a jego drewniana mala kołysała się na jego szyi. Po jego prawej stronie stał największy mężczyzna w grupie i trzymał go w miejscu. Po stronie lewej stał drugi największy mężczyzna w grupie i trzymał go z drugiej strony. Naprzeciwko przytrzymywanego ucznia znajdował się przywódca grupy. Dokuczał mu.

— Twoja żona spała z dwoma facetami zeszłej nocy powiedział przywódca. — Jak się z tym czujesz?

Uczeń starał się uwolnić od dwóch przytrzymujących go olbrzymów.

— Gdzie są ci mężczyźni? — zapytał przywódca. — Ci, którzy spali z twoją żoną.

Dwóch mężczyzn wstało. Podeszli do przywódcy grupy.

— Usiądźcie koło mnie, żeby mógł was widzieć — rozkazał.

— Ci faceci pieprzyli się z twoją żoną — powiedział. — Jak się z tym czujesz?

Przytrzymywany uczeń krzyknął. Potem jęknął. Coś się w nim paliło. Można było to wyczuć.

— Co chcesz zrobić? — zapytał przywódca grupy.

— Chcę was, kurwa, ZABIĆ! — krzyknął i próbował się rzucić na przywódcę. Ale dwóch osiłków trzymało go na miejscu.

— Poczuj gniew — powiedział przywódca. — Niech przez ciebie przepłynie.

Uczeń, wciąż przytrzymywany, wydał się z siebie przeciągły żałosny jęk, który zamienił się w głośne stęknięcie, po czym krzyknął tak przeraźliwie, że aż przeszły mi ciarki po plecach.

W pewnej chwili wzniósł oczy w stronę sufitu, wyciągnął szyję i zawył niczym samotny wilk na pustyni. Każdy czuł jego cierpienie. Nawet w tej chwili, gdy piszę te słowa, przechodzą mnie dreszcze, a oczy robią się wilgotne.

Po kilku minutach — nie jestem pewien ilu — mężczyzna upadł na ziemię. Z nosa leciała mi krew. Wszyscy patrzyliśmy, jak uczeń płacze i płacze. Było to żałosne. Zastanawiałem się, dlaczego siedzę w tym pokoju. Jedna z kobiet, niebędąca sannjasinem, wyszła już wcześniej, kiedy przywódca mówił innej kobiecie, że albo powinna nauczyć się czerpać radość z seksu oralnego, który daje mężczyźnie, albo nie powinna tego robić. Dlaczego nie wyszedłem razem z nią?

Nieważne, jak tragiczne i szalone mogłoby się Wam wydawać to doświadczenie, chcę, abyście wiedzieli, że zmieniło mężczyznę, który to przeszedł. Po tym dziwnym krzyku poczuł się lepiej i wyglądał na szczęśliwszego. To tak, jakby dał ujście całemu gniewowi i napięciu, które trzymał w sobie. Tak samo jak plemię na szczycie góry, które zaczynało od katharsis, aby móc później siedzieć w spokoju, ten uczeń potrzebował porzucić swój ból spowodowany niewiernością żony, zanim mógł się zrelaksować.

Cóż za sposób na odprężenie!

Oczywiście istniały inne niezwykłe wydarzenia dotyczące grupy Bhagwana. Wciąż mam przed oczyma, jak jedna z atrakcyjnych uczennic leżała na środku twardej, drewnianej podłogi, nad nią stało trzydziestu uczniów, a przywódca zaspokajał ją seksualnie. Na początku nie wiedziałem, co robił. Była ubrana, więc założyłem, że robi coś związanego z „uwalnianiem energii". No cóż, właściwie tak było. Nie zorientowałem się jednak, aż do momentu, gdy zobaczyłem, że dziewczyna wije się i jęczy z rozkoszy.

Grupy Bhagwana zostały stworzone, aby prowadzić do wewnętrznego pokoju.

Jeśli kogoś prześladowała myśl, aby coś zrobić, Bhagwan i jego przywódcy grup mówili:

— Zrób to! Tak, aby wyrzucić to z siebie.

Możecie sobie wyobrazić, że ten rodzaj wolności ekspresji sprawił, że wielu uczniów wpadło w tarapaty.

Pomimo szaleństwa w grupach, wynikiem tych działań był zazwyczaj trzeźwy osąd. W paradoksalny sposób szaleństwo prowadziło do spokoju. Grupy spotkaniowe były popularne w latach 60. i wciąż można się na nie natknąć. Jednak żadna z nich nie dawała takiej wolności — niemal licencji na zabijanie — jak grupy usankcjonowane przez Bhagwana. Pewnie zastanawiacie się dlaczego. Czy Bhagwan był po prostu tylko kontrowersyjny? Mało prawdopodobne. W Indiach był uważany za największego okrytego złą sławą przywódcę. Czy Bhagwan celowo poddawał próbom swoich zwolenników? Raczej nie. Jego uczniowie nosili pomarańczowe szaty i mala (sznur drewnianych paciorków z zawieszką z wizerunkiem Bhagwana). Każdy, kto to robił w obliczu pogardy społeczeństwa, udowadniał miłość dla swojego mistrza.

Myślę, że Bhagwan był superpsychologiem. To nie przypadek, że przyciągał do siebie zawodowych terapeutów. Miał umiejętność, która pozwalała mu zajrzeć pod maskę ludzi i ich przejrzeć — ale także zobaczyć ich prawdziwą naturę i pozwolić jej się pokazać. Tak samo jak Ken Wilber, autor książki *No Boundary* i innych świetnych publikacji na temat wschodnio-zachodniej psychologii i duchowości, Bhagwan wiedział, że różne ścieżki prowadzące do rozwoju nie

wykluczają się, ale uzupełniają. Kiedyś zastanawiałem się, kto ma rację, Freud czy Jung? Bhagwan pozwolił mi zrozumieć, czy ci dwaj psychologowie, tak samo jak wielu innych, są niczym szczeble drabiny. Większość z nas wierzyła, że na szczycie tej drabiny jest Bhagwan i spogląda na wszystko z góry. Myślę, że z tego powodu istniał jakiś boski cel uczestniczenia w tych wszystkich naładowanych emocjami grupach spotkaniowych.

Hemingway powiedział wszak, że złamana ręka jest silniejsza po tym, jak się zrośnie.

I Bóg mi świadkiem, że mogłem oddychać swobodniej po tym, jak krew popłynęła mi z nosa.

Oregon

Nigdy nie widziałem Bhagwana w Indiach. Dwa tygodnie przed tym, jak mój samolot miał wystartować, Bhagwan zniknął. Przez niemal rok nikt nie wiedział, gdzie się znajdował. I tak nikt by nie powiedział.

Bhagwan pogrążył się w milczeniu. Nic już nie mówił, tylko siedział i promieniował swoim wnętrzem. Zaakceptowałem jego milczenie, ale byłem zawiedziony

tym, że nie był dostępny. Dokąd poszedł? Co zamierzał? Co mam wszystkim powiedzieć?

Niespodziewanie Bhagwan się pojawił. Powiedziano nam, że był chory i odpoczywał w swojej posiadłości w New Jersey. Bardziej ekscytującą wiadomością było jednak to, że cały ruch Bhagwana miał zostać przeniesiony na wielki teren w środkowym Oregonie. Miał się nazywać Ranczo Rajneesh.

Tutaj jednak zaczęły się kłopoty.

Po pierwsze, Bhagwanowi doradzono, aby swój ruch przekształcił w religię. Wtedy narodził się „rajneeshyzm”. Po drugie, Bhagwan wybrał na swój dom najbardziej konserwatywny stan w całym kraju, co rozzłościło niemal wszystkich w Oregonie. Po trzecie, Bhagwan ustanowił Ma Anand Sheelę szefem i być może to był jego największy błąd.

Odwiedziłem Bhagwana w Oregonie dwa razy. Za pierwszym razem było to wielkie wydarzenie. Przyjechały tysiące ludzi z całego świata. Bhagwan milczał, ale zobaczenie go — po raz pierwszy w życiu — było niesamowite. Czułem jego miość, spokój, jakby krążyły w powietrzu i można je było złapać. Kiedy wybierał się na codzienne przejażdżki po zakurzonych drogach, jechał ze stopą na hamulcu, aby móc spojrzeć na każdego ze swoich uczniów. Pamiętam, że czułem upojenie i śmiałem się radośnie po tym, jak przejechał obok.

Ponieważ byłem kierownikiem ośrodka, jednego wieczora usadzono mnie bezpośrednio przed mistrzem. To była niesamowita noc. Grzmiało i błyskało, a w powietrzu unosiła się groźba burzy. Gdy jednak pojawił się Bhagwan, wszystko się uspokoiło. Co za wejście! Siedziałem przed nim w ciszy i patrzyłem, jak mi się przygląda. Poczułem uzdrowienie. W pewien sposób poczułem, jakby przepływał pomiędzy nami spokojny, wibrujący prąd. Chyba nigdy w całym swoim życiu nie widziałem nikogo tak skupionego. Bhagwan siedział tak przed tłumem, w którym ja byłem w pierwszym rzędzie, jakby był majestatycznym królem z zamierzchłych czasów. To by się świetnie nadawało na film.

Tej nocy śmiałem się godzinami. Nie mogłem zasnąć. Byłem na haju wywołanym życiem. Spacerowałem chłodną nocą z bliskim przyjacielem i śmialiśmy się bez opamiętania. Śmiał się bardziej ze mnie niż z tego, że coś w środku kazało mu się śmiać. Bhagwan zwykł mawiać, że jego przesłanie to „życie, miłość i śmiech". Tej nocy, w jakiś niewymówiony sposób, czułem jego przesłanie. Nie mogłem przestać się śmiać.

Kiedyś w wiadomościach telewizyjnych pokazano materiał o Bhagwanie, gdzie reporter stał z mikrofonem w środku tłumu sannjasinów i zadawał pytania każdemu, kto chciał odpowiadać.

— Cały czas się śmiejecie. Z jakiego żartu? — zapytał.

Tłum wybuchł śmiechem. Oglądając telewizję, ja również zacząłem się głośno śmiać. Największym żartem jest samo życie, a zwolennicy Bhagwana świetnie się bawili.

Po tym maratonie śmiechu na następny dzień bolało mnie gardło, ale było warto.

Moja druga wizyta w domu Bhagwana była koszmarna. Sheela, mała, energiczna osobista asystentka Bhagwana, sprawowała większą kontrolę nad ranczem i wszystko zaczęło się rozsypywać. Chciałem wyjechać od razu tego samego dnia, kiedy przyjechałem. Po wylądowaniu w Portland musiałem jechać jeszcze cztery godziny autobusem na ranczo. Zaraz po tym, jak przybyłem, wszystkich nas zgarnięto i zaprowadzono do budynku na przeszukanie. Bhagwan nigdy nie popierał narkotyków, ponieważ twierdził, że przyćmiewają świadomość, ale widocznie niektórzy jego uczniowie nie podzielali jego zdania. Wszyscy zostaliśmy przeszukani, a wytresowane psy obwąchały nasz bagaż. Potem zaprowadzono nas do sali z krzesłami ustawionymi niczym w sali szkolnej. Wysłuchaliśmy wykładu o AIDS i innych chorobach przenoszonych drogą płciową. Uczono nas, jakie stosować kroki zapobiegawcze i usłyszeliśmy, że Bhagwan chce, żeby wszyscy używali kondomów oraz żeby nasze życie seksualne było pełne „kontemplacji".

Wcale mi się to nie podobało. A miało być jeszcze gorzej. Klimat rancza, który przypominał pustynię,

sprawiał, że moja łysa głowa cierpiała z powodu czerwonych oparzeń, a moje włoskie policzki były popękane od słońca. Próbowałem kupić kapelusz lub balsam do ust, ale wszystkie były wyprzedane. Gdy uzupełniono zapasy, ceny były osiem, dziewięć razy wyższe od normalnych.

Kiedy byłem na ranczu po raz pierwszy, czułem, że ktoś o mnie dba. Jedzenie było wspaniałe, co pół mili były punkty w wodą. Tym razem jednak posiłki dostawaliśmy z opóźnieniem i były kiepskie. Punkty z wodą były suche i nikt ich nigdy nie uzupełniał. Kilka razy myślałem, że z powodu skwaru zemdleję. To nie było zabawne.

Bhagwan, który znów mówił, był cały czas strzeżony przez goryli z karabinami maszynowymi. Opuścił krąg ciszy i znów powrócił do wygłaszania swoich porannych wykładów. Był nudny. Spędzał wiele czasu na rzucaniu obelg pod adresem polityków i na plotkach.

Mówił nie przez jedną godzinę ani dwie, ale trzy, a czasami nawet więcej. Nie mogłem wysiedzieć. Niektórzy uczniowie próbowali znaleźć dla tego racjonalne wytłumaczenie i mówili, że Bhagwan robi wszystko, aby utrzymać nas w swojej obecności, abyśmy mogli czuć jego energię. Cóż, na mnie to nie działało. Chciałem się wynieść.

Odejście nie było jednak proste. Ranczo Rajneesh, które mieściło się na posiadłości mającej 100 tysięcy

arów, znajdowało się trzydzieści mil od najbliższego miasta. Oznaczało to podróż przez pustynię bez wody i do tego z bagażem. Miasto było tak małe, że nie było tam ani taksówek, ani samolotów. Podróż samochodem do Portland zajmowała cztery godziny.

Kręciłem się więc tam, aż tydzień mojego pobyt dobiegł końca. Wziąłem udział w kilku warsztatach, wysłuchałem kilku porannych wykładów, poszedłem na pogrzeb jednego z uczniów, który utopił się w pobliskiej rzece, byłem na wycieczce rowerowej, ładnie się opaliłem i tak dalej.

Trudno było jednak uciec od złej aury otaczającej Bhagwana. Pisały o nim już wszystkie gazety. Nawet program *60 minut* pokazał materiał o nim. Mówiono o budowaniu jaskiń na ranczu, które miały chronić niektórych wybranych uczniów przed zagładą atomową, której nieuchronność wieścił Bhagwan. Krążyły plotki o tym, że sannjasinowie zatruwali okoliczną ludność, organizowali się w grupy terrorystyczne i bili nie-sannjasinów.

Niektórzy twierdzili, że Sheela rozkazała uczniom podać narkotyki „ludziom z ulicy”, których zebrano z terenu całego kraju i podrzucono na ranczo Bhagwana. Ten pseudowysiłek pomocy bezdomnym — kampania, która sprawiła, że ranczo było opisywane na pierwszych stronach wszystkich poczytnych dzienników — był niczym więcej, tylko oszustwem mającym na celu zdobycie politycznego poparcia. Tak dowie-

działem się od uczniów, którzy w owym czasie mieszkali na ranczu. To było tylko na pokaz. Kiedy już bezdomni zjawili się w Rajneeshpuram, popadli w zapomnienie. Większość wyjechała. Albo próbowała. Szybko odkryli, że wydostanie się z rancza nie jest proste. Nikt nikogo nie zatrzymywał, ale też nie można było liczyć na pomoc.

Trudno było mi w to wszystko uwierzyć. NIGDY nie spotkałem żadnych sannjasinów, którzy chcieliby zranić kogoś, podać komuś narkotyki, zabić czy wprowadzić w błąd. Wszystkie moje doświadczenia z uczniami Bhagwana, łącznie z moim kierowaniem centrum w Houston, były przyjemne. A nawet ekscytujące. Ludzie, których spotkałem, byli serdeczni i pomocni. Jedni z najlepszych przyjaciół, jakich w życiu miałem.

COŚ jednak działo się na ranczu. Nie podobało mi się to. I nie mogłem uwierzyć, że jestem tego częścią. Ja, inteligentny człowiek, absolwent college'u, przedstawiciel klasy średniej, miałem być uwikłany w stosunki z najbardziej kontrowersyjnym guru tego stulecia?!

Pewnego ranka, zaraz po wykładzie Bhagwana, obróciłem się za siebie i znalazłem się naprzeciwko samochodu Bhagwana.

Był w nim.

I jechał prosto na mnie.

Nie wiem, jak się tam znalazłem, zważywszy na to, że dziesięć tysięcy innych osób kłębiło się, żeby go

zobaczyć. Samochód zatrzymał się obok mnie. Bhagwan siedział na tylnym siedzeniu przy oknie i patrzył na mnie. Podniósł swoją rękę i przystawił ją do szyby. Ja skierowałem swoją dłoń w dół i również przystawiłem ją do kuloodpornej szyby. Później Bhagwan złożył obie dłonie w pozdrowieniu Namasté. Ja również złożyłem swoje dłonie i go pozdrowiłem.

Później odepchnął mnie tłum, a samochód Bhagwana jechał dalej.

Patrzyłem w oczy swojego mistrza. Nie dostrzegłem w nich nienawiści ani zła. Zobaczyłem miłość.

Czy ten człowiek ze spokojnym, a jednocześnie żywym spojrzeniem, mógł być tym samym człowiekiem, który przewodził uczniom-faszystom? Krążyły nawet plotki, że prawdziwy Bhagwan zmarł lata temu w Indiach, a w Oregonie przebywał oszust. Czy to mogła być prawda?

Zastanawiałem się również, czy można doznać oświecenia, a później je stracić. Jeśli wszystkie oskarżenia i problemy na ranczu były prawdziwe i jeżeli Bhagwan o tym wiedział i nic nie zrobił lub, co gorsza, popierał to, wtedy można było stwierdzić, że nie tylko nie jest oświecony, ale — szalony.

Ale któż to może stwierdzić z całą pewnością? Każdy uczeń ma swoją interpretację tych faktów. Mój kolega — uczeń, który rozwiódł się z żoną z powodu Bhagwana — twierdził, że to, czego doświadczył Bhagwan, to

„satori”. Nic ponad to. Powiedział, że Bhagwan doznał tylko częściowego oświecenia, zaś dzięki swojemu intelektowi i temu, że miał gadane, udało mu się przekonać setki tysięcy inteligentnych ludzi, że był przebudzonym bytem. Czy to możliwe? Czyżbyśmy wszyscy byli aż tak ślepi?

— W Oregonie do głosu doszło ego Bhagwana — powiedział mój przyjaciel. — Zniszczył wszystko.

Trudno się z tym nie zgodzić.

Zaufaj życiu

Niedługo po tym ranczo przestało istnieć. Sheela została aresztowana za malwersacje, usiłowanie zabójstwa i Bóg wie co jeszcze. Rajneesh również został aresztowany, a po pobycie w więzieniu i procesie, został deportowany. Przez długi czas nie wolno mu było nigdzie wylądować.

Każde ze znaczących państw zarządziło, że wolno mu było uzupełnić zapas paliwa, ale nie wolno zostać. W końcu wrócił do Pune w Indiach i pozostał tam aż do śmierci.

Ludzie wciąż mnie pytają, dlaczego w ogóle przyłączyłem się kiedyś do Bhagwana.

— Nauczyłem się ufać — odpowiadałem. — Bhagwan zwykł mówić: „Rozluźnij się, ja się wszystkim zajmę. Nie martw się. Wszystko jest w porządku.” I rozluźniałem się. Ufałem. Nauczyłem się, że życie samo o mnie zadba. Zrozumiałem, że Bhagwan nie odróżniał mnie od innych, ale wiedział, że kimkolwiek jestem, jeśli na to pozwolę, życie samo mnie poprowadzi.

Z zaufaniem wiązała się jednak druga strona medalu. Zaufanie Bhagwanowi oznaczało, że uwolniłem się od usiłowania kontrolowania swojego życia oraz nauczyło mnie, że życie jest bezpieczne, a ja mam w nim oparcie. Bezmyślne zaufanie do Bhagwana oznaczało również ból, zagubienie i koniec jego imperium.

Niektórzy decydowali się na zostanie uczniami z powodu plotek o wolnej miłości. Inni szukali u niego wiedzy, a Bhagwan był człowiekiem niezwykle oczytanym i dobrze wykształconym. Byli i tacy, którzy udawali się do niego, ponieważ szukali religii, z którą mogliby się identyfikować, czegoś wyjątkowego i niezwykłego, do czego dążyło ich ego. Zapewne najmniejszej grupie osób zależało na jego istności duchowej. Bhagwan był istotą oświeconą. Ale bycie oświeconym nie oznacza, że ktoś nie popełnia błędów lub że nie ma już ludzkich cech (albo nieludzkich). Wierzę, że w głębi

serca Bhagwan był prawdziwym nauczycielem z prawdziwym pragnieniem służby. Pobudzał trybiki w naszych głowach i zmuszał nas do myślenia tylko po to, abyśmy stali się świadomi samych siebie. Postawił siebie samego w niebezpiecznej sytuacji — wielu go nienawidziło, wielu kochało — ale jego życie nigdy nie przejdzie bez echa. Ani nie będzie zapomniane.

Nie wiem, co się stało z Bhagwanem w Oregonie. Jedyne, co mogę uczynić, to pamiętać o wszystkich dobrych rzeczach, których się od niego nauczyłem i pozostać wdzięcznym losowi za to, że nie byłem z nim bliżej zawiązany. Niektórzy ludzie porzucili swoje rodziny, mężów i żony, rzucili pracę, sprzedali wszystko, co mieli i całkowicie zmienili swoje życie, żeby być z Bhagwanem. Zastanawiam się, jak sobie radzą z tym wszystkim teraz, kiedy Bhagwana już nie ma.

Wciąż mam zdjęcie Bhagwana na ścianie, które zostało zrobione tego wieczoru, kiedy siedziałem naprzeciwko niego w Oregonie. Patrzę na nie i przypominam sobie jego podstawowe przesłanie:

— Właśnie teraz jest najwspanialsza chwila. Raduj się nią!

Rozdział Trzeci

Wybieram życie

Szczęście, Proces Wyboru i Ja

Cierpienie jest nieszczęściem.

Budda

Porzuć przekonania, które powodują cierpienie, a otrzymasz szczęście.

Barry Neil Kaufman

Option było dla mnie niesamowitym błogosławieństwem. To dzięki temu porzuciłem swoje pomarańczowe szaty.

Zostałem wychowany w rodzinie katolickiej. Kiedy byłem dzieckiem, matka często czytała mi opowieści z Biblii. Pamiętam, jak bardzo zafascynowany byłem ich barwnością i mądrością. W tamtym okresie podjąłem decyzję, że będę żył zgodnie z największą

prawdą. Wierzyłem wtedy, że Prawdę odnajdę w Kościele Katolickim.

Zbyt wiele rzeczy się jednak zmieniało. Przez jakiś czas mówiono nam, abyśmy unikali jedzenia mięsa w piątki. Nigdy nie rozumiałem dlaczego. Później okazywało się, że mięso jest jednak w porządku. Nigdy nie rozumiałem dlaczego. Kiedy pierwszy raz poszedłem do kościoła na mszę, była odprawiana po łacinie. Później to zmieniono i bya w połowie po angielsku, a w połowie po łacinie. Te zmiany zasad sprawiły, że pomyślałem, że być może ten wielki kościół właściwie nie wie, czym jest Prawda. Byłem bardzo zdezorientowanym dzieciakiem.

Zacząłem rozglądać się gdzie indziej. Przez jakiś czas przypadli mi do gustu mormoni. Baptyści też byli w porządku, ale zbyt mocno lubili straszyć opowieściami o „wielkim ogniu", który czeka nas tam na dole. Ale wszystkim kościołom czegoś brakowało, kiedy zrozumiałem, że stanowią one dużą liczbę różnych wielkich grup, wspierających tak wiele różnych systemów wiary. A na dodatek, wszyscy ci wyjątkowi przywódcy religijni, pomimo że rzadko się ze sobą zgadzali, twierdzili, że źródło Prawdy jest jedno: Biblia. No cóż, Biblia widocznie była tak bardzo zdezorientowana jak ja sam, więc poszedłem dalej.

Przez krótki czas byłem ateistą. Było to bardzo nieprzyjemne uczucie. Myśleć, że byłem sam jak palec we wszechświecie, walczący o swoje życie! Taki obraz

sprawiał, że macho siedzący wewnątrz mnie był wniebowzięty, ale w zderzeniu z rzeczywistością zrzedła mu mina. Nie musiałem dużo rozmyślać, aby jako młody dorosły człowiek dojść do wniosku, że wszyscy polegamy na sobie wzajemnie. Nigdy nie byłem sam na świecie i, Bóg mi świadkiem, nigdy nie chciałem być sam. Kimże byłem, żeby stwierdzić, że Bóg nie istnieje? Zdecydowałem więc, że najmądrzej z mojej strony będzie przynajmniej wierzyć w możliwość istnienia jakiegoś boga.

Zapewne dlatego, że obawiałem się o swoje życie (sam przeciwko całemu światu miałem nikłe szanse), zacząłem szukać siły. Po pierwsze fizycznej, poprzez ćwiczenia i opanowanie sztuk walki takich jak Aikido i karate, a po drugie siły umysłowej poprzez odkrywanie potęgi umysłu. Zafascynowany hipnozą, telepatią i dominacją duchową, dołączyłem do E.S.P. Laboratory i próbowałem opuścić swoje ciało. Nigdy nie odnalazłem płaszczyzny astralnej. Próbowałem nawiązać kontakt ze zmarłymi, żywiąc nadzieję, że ktoś po drugiej stronie widział Boga. Ale nie spotkałem nikogo.

Wciąż szukając, wciąż zagubiony, natknąłem się na książkę hinduskiego guru. Zachwycony jego mądrością, oczarowany jego stylem, stałem się jego uczniem. Moi katoliccy rodzicie byli zdumieni. Ale dzięki temu guru zrozumiałem, że Bóg jest totalnością wszelkiego istnienia, że Bóg jest tak samo we mnie, jak i w Tobie,

i że Prawda jest w nas. Cóż, zajrzałem tam. Czasami myślałem, że może, może rzeczywiście Prawda była we mnie. Czy to była ta spokojna istność duchowa, którą odczuwałem po medytacji? Nie byłem pewien. Guru kazał mi się nie martwić.

— Życie to tajemnica i absurdalny żart — mówił. — Więc ciesz się!

Przez siedem lat się cieszyłem. Przywdziewałem pomarańczowe szaty, zakładałem sznur z drewnianych paciorków, aby podkreślić swoją więź z mistrzem oraz codziennie medytowałem. Czułem się dobrze, ale nie wspaniale. Zadawałem sobie pytanie — gdzie jest Prawda? Guru kazał poddawać wszystko w wątpliwość. Mówił:

— W ten sposób dojdziesz do Prawdy.

Ale w jaki sposób poddawać w wątpliwość? Tego nie powiedział. Ponieważ niektórzy uczniowie nigdy nie kwestionowali tego, co się działo w naszym kręgu i ponieważ sam guru nigdy nie zadawał ludziom pytań, doprowadziło to do wielkich sporów prawnych i domniemania usiłowania zabójstwa oraz zarzutów malwersacji. Duchowy świat guru legł w gruzach. A moje poszukiwania Prawdy trwały dalej.

Od filozofii Zen, poprzez taoizm, Kościół Jedności, dziwaczne kulty i nowe idee. Otarłem się o różne psychologie i uznawałem je za nowe religie zachod-

niego świata, nowoczesne systemy wierzeń, które zostały stworzone po to, żeby zadowolić i zrozumieć nowy typ człowieka. Z każdą z tych psychologii byem tak długo związany, dokąd w nią wierzyłem. Prędzej czy później żadna nie potrafiła odpowiedzieć na jedno z moich pytań — mianowicie: czym jest Prawda? — a ja szedłem szukać dalej.

Brałem udział w warsztatach, gdzie przypominający nazistów liderzy przesłuchiwali mnie i mówili mi, co jest ze mną nie tak. To powiedziało mi dużo o ich przekonaniach, ale nie pozwoliło mi odkryć swoich.

Zawsze czułem się wspaniale pod koniec tych „seminariów rozwoju", ponieważ tak bardzo cieszyłem się, że gehenna się już w skończyła.

Kochałem literaturę i w niej również szukałem odpowiedzi. Ale biografie pisarzy zdradzały mi, że większość z nich była nieszczęśliwa, że byli alkoholikami i nie mieli pojęcia, o czym piszą.

Wciąż wierząc w to, że odpowiedzi można znaleźć w książkach, połykałem jedną za drugą, czasami czytając całą dziennie. Ale dlaczego książki były tak różne od siebie? Czyż Prawda nie jest czymś uniwersalnym, holistycznym i spokojnym? Pamiętam, że stałem kiedyś sfrustrowany w księgarni, otoczony setkami tytułów i myślałem: „to nic innego, tylko systemy wiary!".

Lecz później, za radą Wayne'a Dyera przeczytałem książkę Neila Kaufamana zatytułowaną *To love is to be happy with*[6].

I odkryłem program *Option*.

Option? Wybór? Dziwna nazwa jak na nowy proces samopoznania. Kolejny system wierzeń? Nie, raczej sposób na zgłębianie przekonań. Czy działa? Książki Kaufmana opisują naprawdę niesamowite przypadki cudu. Czy dla mnie też to zadziała?

Warto było spróbować.

Miejsce dla cudu

Wpis z mojego dziennika, 27 września, Houston

Treść ulotki *Jednotygodniowego Intensywnego Procesu Option* głosi: „Wyobraź sobie, że możesz zacząć wszystko od nowa, że możesz stworzyć siebie, dokładnie tak, jak sobie życzysz. Od czego byś zaczął?".

Ja zacząłem od zapisania się na te zajęcia.

Jak mógłbym się temu oprzeć? Znając już niesamowite prace Kaufmanów — ich bestesellery, tj. książki

[6] *Kochać znaczy być zadowolonym z…* [przyp. tłum.].

i kasety — gdzieś w głębi serca wiem, że jeden tydzień z programem *Option* może zmienić moje życie.

Na ulotce jest napisane dalej: „Być może wybrałbyś wolność, która pozwoliłaby Ci być całkowicie szczęśliwym… bez żadnych ograniczeń”.

Wierząc w to, że całkowite szczęście będzie warte mojego czasu i pieniędzy, udam się dziś wieczorem na zajęcia w Instytucie Option.

***

Proces *Option* ma za zadanie obnażyć przekonania, które powodują, że człowiek jest nieszczęśliwy. Metoda *Option* opracowana przez Neila Kaufmana, autora *To love is to be happy with*, *Giant steps*[7], *A miracle to believe in*[8] oraz *A sense of warning*[9] (to tylko kilka tytułów, z czego wszystkie wymienione są obowiązkową lekturą na 280 uniwersytetach), opiera się na dialogach sokratejskich, w których bierze udział uczestnik i przeszkolony mentor *Option*.

„Jedyne”, co mentor robi, to zadaje Ci kilka prostych pytań, jednocześnie akceptując wszystko, co powiesz. Metoda *Option* jest przede wszystkim procesem, w którym się nie ocenia i który jest przeprowadzany w atmosferze miłości. Mentor nigdy nie mówi Ci, co

[7] *Wielkie kroki* [przyp. tłum.].

[8] *Uwierzyć w cud. Prawdziwa historia Robertita* [przyp. tłum.].

[9] *Przeczuwając ostrzeżenie* [przyp. tłum.].

masz powiedzieć, myśleć lub zrobić. Nigdy Cię nie ocenia. W *Option*, sam jesteś dla siebie najlepszym ekspertem i zawsze starasz się najlepiej jak potrafisz.

Efekty *Procesu Option* są niesamowite, a nawet cudowne. Autystyczne dzieci zdrowieją, tak jak było w przypadku Rauna, syna Berry'ego i Suzi Kaufmanów. Historia ta została opisana w bestsellerze pod tytułem *Son-Rise* oraz w wielokrotnie nagradzanym filmie telewizyjnym pod tym samym tytułem, który obejrzało miliony ludzi (i do którego Kaufman również napisał scenariusz). Pacjenci chorzy na raka uzdrawiają samych siebie lub uczą się akceptować swoją sytuację z godnością i miłością. Osoby z myślami samobójczymi wybierają życie. Ofiary tragicznych przestępstw uczą się bycia szczęśliwymi. Nic dziwnego, że *Instytut Option* w Sheffield, w stanie Massachusetts nazywany jest Miejscem dla Cudu.

Option to spojrzenie na życie, technika terapeutyczna i alternatywa edukacyjna. W sercu tej metody leży podejście pełne akceptacji i miłości, czyli „kochać, znaczy być szczęśliwym / zadowolonym". Później padają pytania, które sprawiają, że subtelnie odkrywa się przekonania, które powodują nieszczęście, ból, chorobę, brak wiary w siebie. Kaufman twierdzi, że program *Option* „zamienia ludzi w szczęśliwych detektywów poszukujących śladów (przekonań) powodujących nieszczęście… aby uwolnić się i być szczęśliwszym, bardziej ufnym, pełnym wiary we własne

siły, zarówno na co dzień, jak i w trudnych, stanowiących wyzwanie, sytuacjach”.

Główne koncepcje *Procesu Option* są następujące:

— Stawanie się szczęśliwszym człowiekiem jest pięknym (nie bolesnym) procesem.

— Wszyscy staramy się najlepiej jak potrafimy, najlepiej jak wiemy, bazując na naszych obecnych przekonaniach.

— Każdy z nas jest swoim własnym, najlepszym ekspertem.

— Pytania nie są oznaką wątpliwości, tylko stanowią szansę na skrystalizowanie tego, co wiemy.

— Nieszczęście opiera się na logicznym systemie przekonań, które możemy kwestionować, zmieniać lub porzucać.

— Kiedy już zmienimy nasze przekonania, łatwo zmienią się nasze uczucia i zachowania.

— Ludzie szczęśliwi są silniejsi i łatwiej jest im, niż ludziom nieszczęśliwym, osiągnąć to, czego pragną.

— Potrafimy kochać na tyle, na ile jesteśmy szczęśliwi.

Ostatnio spędziłem tydzień w *Option Institute* Kaufmana, który mieści się na 85 akrach na szczycie pięknego wzniesienia górującego nad Connecticut

i Massachusetts. Pojechałem tam kierowany ciekawością dotyczącą *Procesu Option*. Byłem również pod wrażeniem rezultatów działań Berry'ego i Suzi Kaufmanów. To, co poniżej przeczytacie, to zapiski z mojego dziennika, który prowadziłem, biorąc udział w *Jednotygodniowym Intensywnym Procesie Option*.

28 września, Option Institute

Kiedy przyjechałem tutaj dzisiaj rano, byłem zmęczony i negatywnie nastawiony. Byem gotów wracać do Houston. Trzygodzinny lot, trzy godziny w samochodzie, mandat za brak zapiętych pasów w Nowym Jorku, zgubienie drogi na Bronksie trwające ponad godzinę — to wszystko odbiło się na moim samopoczuciu. Dlaczego? Ponieważ (teraz to już rozumiem), to był mój wybór, żeby to tak na mnie wypłynęło. Wybrałem nieszczęście.

Musiało minąć trochę czasu, aż do 19:30 dzisiaj wieczorem, aż zacząłem wszystko powoli rozumieć. Barry Neil Kaufman, założyciel tego niesamowitego, pięknego domu dla cudów, autor jednych z najbardziej inspirujących książek, jakie miałem okazję czytać, mówił o moim pobycie w ośrodku przez dwie godziny.

Nie mówił tylko o MOIM pobycie, ale o tym, dlaczego każda z osób na sali, która dzisiaj przyjechała z różnych części kraju, dokonała takiego wyboru.

„Bears”[10], jak lubi, żeby do niego mówić Barry, zapytał każdego z nas:

— Dlaczego tu jesteś teraz, w tym pokoju?

Powiedział nam, że jest to pytanie, które możemy sobie zadać o każdej porze, wszędzie. Dlaczego to czytasz? Dlaczego to piszę? Postawienie takich pytań sprawia, że skupiamy się na danej chwili oraz na tym, czego w tej chwili pragniemy. Dla mnie zadanie takiego pytania pozwala mi przypomnieć sobie, dlaczego znajduję się jakimś miejscu. Z tą wiedzą przychodzi pewnego rodzaju wolność i siła. Jeśli zdecydowałem o tym, by być w jakimś miejscu, muszę również sam zadecydować o wszystkim innym. Tak więc — czego jeszcze chcę dla siebie w tej (i każdej innej) chwili?

Dwugodzinny wykład Bearsa był fascynujący. Mimo że wszyscy przyjechaliśmy z daleka, od samego Seattle na dalekiej północy, aż po Boston, wszyscy obecni na sali słuchali z rozdziawionymi ustami, kiedy Bears opowiadał o pragnieniu, cudach i byciu szczęśliwym.

To, co tutaj opowiem, może wypaść blado w porównaniu z tym, co się naprawdę działo. Zaproszono nas do odczuwania szczęścia w tej chwili. Nie do pomyślenia o szczęściu, ale do bycia szczęśliwym. W tym momencie. Nie jutro, nie po sesji dialogu Option, ale w tej właśnie chwili.

[10] Bears — Misiek, gra brzmienia słów [przyp. tłum.].

Bears powiedział, że istnieją trzy kroki, które sprawią, że nasz tydzień pobytu będzie szczęśliwy i owocny:

— Zapytaj siebie: „czy chcę być szczęśliwy?”. Świadomość tego, że „tak, chcę być szczęśliwy” jest pierwszym krokiem na drodze do szczęścia.

— Zapytaj siebie: „czy uważam, że jest to możliwe?”. Przyjmij do wiadomości, że: „mogę być szczęśliwy”, a pozwolisz sobie na odczuwanie szczęścia.

— Zdecyduj, że chcesz szczęścia — TERAZ!

Barry długo opowiadał o tym, co to znaczy chcieć, o różnicy pomiędzy tym, gdy mówimy, że czegoś chcemy, a naprawdę robieniem czegoś, żeby to osignąć. Opowiadał o kupowaniu swojego wspaniałego 100-letniego domu, o tym, jak on i jego żona nie mieli pieniędzy na niego, a właściwie brakowało im pół miliona. Sporządzili więc listę osób, które mogłyby ofiarować datki. Później sporządzili listę osób, które mogłyby im udzielić pożyczki. Najważniejsze jest to, że posuwali się przodu w stronę tego, czego pragnęli. Nie gadali. Działali. Nie słuchali osób, które mówiły im, co jest, a co nie jest możliwe. Zamiast tego Kaufmanowie zbudowali cud. A Instytut Option nazwano „Miejscem dla Cudów”.

Kolejną historią, która ilustruje przesłanie Barry’ego, jest uzdrowienie jego autystycznego dziecka.

Barry i jego żona nie słuchali tak zwanych ekspertów (dwanaście instytucji stwierdziło, że ich syna Rauna nie da się wyleczyć). Zdecydowali się więc spróbować czegoś ryzykowanego, ale nowego, w myśl zasady, że chcieli jak najlepiej dla swojego dziecka. Pracowali z Raunem siedem dni w tygodniu, dwadzieścia cztery godziny na dobę, przez ponad trzy lata. Dzisiaj Raun jest ponadprzeciętnym nastolatkiem z IQ bliskim geniusza. (Później spotkałem Rauna i byłem pod wrażeniem jego energiczności i inteligencji. Obecnie jest mentorem *Option* w Instytucie).

Bears opowiedział tę historię w swojej najpopularniejszej książce *To love is to be happy with*. Wiedział, że chce ją opublikować.

— Jeśli pojawiłem się na tej planecie, by czegoś dokonać — mówił nam. — Tym dokonaniem jest napisanie tej książki.

Książkę odrzuciło pięćdziesiąt siedem wydawnictw. Pomimo to Bears podążał za swoim pragnieniem. Pozyskał dla siebie młodego, bystrego agenta, zmienił tytuł książki z *You never have to be unhappy again* na obecny — reszta to już historia. Ta książka nadal sprzedaje się najlepiej ze wszystkich jego książek. Kolejny cud!

Bears podkreślał, że jego szczęście nie polega na posiadaniu tego, czego pragnie. Jest szczęśliwy teraz. I dopiero tak się czując, wybiera to, czego pragnie. Może mieć to wszystko.

Barry przekazał nam bardzo ważną sugestię dotyczącą tego, jak czuć się szczęśliwym w tej chwili.

— Traktuj wszystko jako szansę na szczęście — mówił. — Nie lubisz swojego współlokatora? W porządku. Bądź z tego zadowolony. Jesteś przeziębiony? Dobrze. Bądź z tego zadowolony. Nie potrzebujesz sesji *Option*, aby uzyskać zrozumienie, które jest Ci potrzebne do bycia szczęśliwym. Możesz być szczęśliwy w tej chwili. I to jest właśnie wspaniała szansa.

W tym tygodniu my, tuzin poszukiwaczy szczęścia, mieliśmy wspólny cel: chcemy być szczęśliwi teraz, bez względu na to, co się dzieje w tym „teraz".

Później, podczas herbaty usłyszałem, jak jeden z uczestników wyznał, że nie rozumie, w jaki sposób posiadanie celu lub jego osiągnięcie może uczynić go szczęśliwym.

— Kiedy już zdobywam to, czego chcę, czuję się w środku pusty, aż do chwili, gdy obiorę sobie kolejny cel — powiedział.

Emeryt z Nowego Orleanu, który przebywał tam jako wolontariusz w czasie sześciomiesięcznego programu racjonalizacji pracy, wytłumaczył mu, mówiąc ze swoim mocnym holenderskim akcentem:

— Ty bądź szczęśliwy jak idziesz za celem — nie z powodu celu.

Bądź szczęśliwy teraz.

Podążaj, za czym pragniesz.

29 września

— O czym chcesz porozmawiać? — zapytał Robin na początku naszego godzinnego spaceru wzdłuż pięknej wiejskiej ścieżki.

Dla mnie była to pierwsza sesja *Procesu Option*. Za swoje pragnienie obrałem chęć schudnięcia. Pomimo że w poprzednim roku zrzuciłem ponad 40 kg, zostało mi jeszcze niecałe 10 do zrzucenia, a ja utknąłem w miejscu. Przez godzinę odkrywaliśmy — nie, ja odkrywaem — swoje przekonania dotyczące kontrolowania wagi. „Jedyne", co robił Robin, to zadawał starannie dobrane pytania.

Zacząłem słuchać swojego wewnętrznego głosu. Zdałem sobie sprawę z tego, że nie boję się powrotu do tych niemal 132 kg. Zrozumiałem również, że obecnie utrzymanie wagi na poziomie 90 kg jest tym, czego chcę. Dbam o siebie. Jest to waga, z którą czuję się dobrze na dzień dzisiejszy, mogąc od czasu do czasu popuszczać pasa i nie być na ścisłej diecie. W końcu byłem na diecie przez ponad rok. Moja obecna waga stanowi pewien przystanek na drodze długiego procesu prowadzącego do osiągnięcia mojej idealnej wagi.

Zastanawiałem się również nad walką, którą toczyłem o to, czy coś zjeść czy nie. Czy chcę poczuć dany smak natychmiast, czy też może chcę być szczupły? Jeśli coś zjem, może to oznaczać, że moja droga do celu napotka

na przeszkodę lub się wydłuży. Jeśli czegoś nie zjem, szybciej osiągnę cel, ale będę musiał obejść się smakiem. Dokonywanie wyboru potrafi być czasami bardzo trudne.

Oto mały wycinek mojej sesji *Option* z Robinem — fragment dialogu, który okazał się być dla mnie punktem zwrotnym.

— Wygląda na to, że pragnę dwóch wykluczających się rzeczy — powiedziałem Robinowi. — Pragnę jedzenia, ale pragnę też zrzucić zbędne kilogramy. Toczy się we mnie wewnętrzna walka o to, które pragnienie ma wygrać.

— Dlaczego ten wybór jest dla ciebie taki trudny?

— Ponieważ chcę się wzmocnić — odpowiedziałem szybko. Ta odpowiedź zdumiała nawet mnie. A potem się zaśmiałem.

— Dlaczego się zaśmiałeś?

— Ponieważ sam stwarzam i pokonuję ziejące ogniem smoki — odpowiedziałem. — Najwidoczniej sam pragnę tej walki dotyczącej podejmowania decyzji, aby móc zbudować swoje silne wnętrze.

Było to dla mnie niesamowite doświadczenie, które pozwoliło mi wejrzeć w motywy swojego zachowania. Sam stwarzam sobie przeszkody, aby stymulować wewnętrzny rozwój. Niesamowite! Jeszcze bardziej niesamowite od tego jest to, że sam piętrząc przed

sobą przeszkody, mogę również sam zdecydować o ich niestwarzaniu. Schudnięcie może być tak proste, jak tylko będę chciał.

Później, podczas popołudniowej sesji, poproszono nas, abyśmy podzielili się na grupy i spróbowali poszukać jednej rzeczy, którą uważaliśmy za „dobrą", i jednej, którą uznaliśmy za „złą". Było to trochę jak filozoficzna ekspedycja poszukiwawcza.

Moja grupa doszła do wniosku, że nie uda nam się znaleźć niczego, co byłoby wolne od osądu. Wiedzieliśmy, że ta zabawa to pułapka. Nieważne, co byśmy przynieśli z powrotem, można to było postrzegać jak dobre lub złe, w zależności od punktu widzenia. Postanowiliśmy więc po prostu pójść na spacer i się nim cieszyć. Kiedy poszliśmy zaożyć buty, jedna z kobiet w grupie, Mary, zauważyła, że ktoś zostawił parę butów, które wyglądały identycznie, jak jej, ale na nią nie pasowały.

— Ojej! Niedobrze! — powiedziała Mary.

Wszyscy się zaśmialiśmy. Ale wtedy Mary rzekła:

— Ale za to teraz mogę iść boso i to jest dobre! — Znów wszyscy zaczęliśmy się śmiać. Mary zajrzała do środka buta i znalazła paczkę papierosów.

— To nie jest dobre — powiedziała.

Ale Carol, inna członkini grupy, lubi zapalić, więc powiedziała:

— To jest dobre.

Wszyscy pękaliśmy ze śmiechu. Następnie Mary zajrzała do środka paczki papierosów i znalazła dziesięciodolarowy banknot. Wszyscy zgodnie uznaliśmy, że jest to dobre.

Historia z butem stała się później naszą ilustracją do dobrej-złej rzeczy. Pokazała, jak automatycznie, przez cały czas poddajemy osądowi wszystko, co się dzieje. Moja grupa doszła do wniosku, że to, w jaki sposób postrzegamy życie, zależy tylko od nas. Świecące słońce to tylko świecące słońce. Farmer może się z niego cieszyć lub nie, w zależności od tego, czego potrzebuje. Jeśli jego uprawy potrzebują deszczu, słońce będzie postrzegane jako złe. A słońce po prostu sobie świeci.

Czy potrafimy żyć bez oceniania? Po prostu iść do przodu? Bears powiedział:

— Szczęście jest tak proste jak oddychanie.

Dlaczego więc istnieje coś takiego jak nieszczęście? Bears podaje trzy powody:

1. Używamy go do tego, aby motywować samych siebie lub innych.
2. Używamy go, aby okazywać naszą wrażliwość i opiekuńczość.
3. Używamy go jako groźby.

— Nieszczęście — tłumaczył Bears — jest królową naszej kultury.

30 września

Biorąc udział w procesie *Option*, zrozumiałem dzisiaj, że to, co liczy się najbardziej w samym procesie, to odpowiednie podejście: nie osądzanie osoby, z którą się rozmawia, ani siebie samego. Jeśli zadajemy pytania z nastawianiem na ocenianie, pytania te stają się bezużyteczne. Z drugiej zaś strony każde pytanie może się okazać skuteczne, jeśli zostanie zadane z całkowitą miłością.

W jednym ćwiczeniu dobraliśmy się w pary. Podczas kiedy jedna osoba mówiła, druga miała za zadanie tylko słuchać. Nie jest to proste do wykonania. Kiedy przypadała moja kolej, żeby mówić, zauważyłem, że szukam oznak u słuchającego, które by mi mówiły, czy nie jest znudzony. Jesteśmy tak bardzo przyzwyczajeni do pragnienia spotkania się z czyjąś aprobatą, że sami próbujemy dostrzec tę potrzebę i ją zaspokoić. Ponieważ mój słuchacz nie dawał znaku takiej potrzeby, czułem, że mogę mówić to, co chcę.

Jako słuchaczowi milczenie sprawiało mi trochę trudności. Chciałem wtrącić gdzieś myśl, zadać pytanie lub rozwiązać problem.

Nauczyłem się jednak, że podczas bycia z kimś bez osądzania, zachodzi coś w rodzaju uzdrowienia. Jako słuchacz mam szansę naprawdę wysłuchać tego, co

ktoś ma do powiedzenia. Ja, jako mówiący, wierzę zaś, że to, co mówię, jest wysłuchane, nie jest zniekształcone ani odrzucone.

Pytania *Option* używane są, aby pomóc osobie mówiącej odkryć jej własne myśli oraz schematy myślenia. Sprawiają, że błyskawiczny mentalny proces myślenia zwalnia tak, abyś mógł zobaczyć, co mówisz sobie samemu na poziomie podświadomości.

Pierwsze pytanie *Option* — „z czego się cieszysz?" — skupia się na jakiejś kwestii. „Czy możesz podać przykład?" i „co masz na myśli?" to wariacje tego samego pytania. Są one używane po to, by pomóc Ci wyraźnie połączyć się z czymś, co jest dla Ciebie źródłem nieszczęścia lub dyskomfortu.

„Dlaczego jesteś z tego powodu nieszczęśliwy?" jest pytaniem, które odkrywa powody (przekonania) powodujące nieszczęście. Pytania typu „dlaczego tak myślisz?" lub „wierzysz w to?" pozwalają Ci zajrzeć głębiej, pomagają wydobyć na światło dzienne racjonalne podstawy tych przekonań. Później pada pytanie „czego się obawiasz, że stałoby się, gdybyś w to nie wierzył?" i jest ono objawieniem.

Z tego, co pamiętam, w Procesie *Option* pada tylko jedno stwierdzenie. Brzmi ono: „pragnienie czegoś i bycie nieszczęśliwym z tego powodu to dwie zupełnie inne rzeczy".

Dla mnie ta prawda jest porażająca niczym uderzenie pioruna. Budda mawiał, że nasze przywiązanie powoduje cierpienie. Bears mówi, że nie musimy być przywiązani do tego, czego pragniemy. Szczęście jest czymś oddzielnym od pragnienia. Możesz być szczęśliwy i pragnąć, czego tylko chcesz.

To głęboka myśl! Po tych wszystkich latach, gdy słyszałem (od bardzo mądrych nauczycieli duchowych), że to, czego chcę, jest złe — podczas gdy moim podstawowym prawem jest chcieć! Tylko wtedy, gdy jestem przywiązany do swoich pragnień, ranię siebie i innych. Suzi Kaufman powiedziała kiedyś:

— Możesz chcieć, czego chcesz, ale mimo to nie potrzebować tego. Nie musisz być nieszczęśliwy, jeśli cię to nie spotka.

Jeśli jestem nieszczęśliwy z tego powodu, że chcę stracić na wadze, mogę sobie powiedzieć: „Pragnienie utraty wagi, a bycie nieszczęśliwym z powodu odchudzania to dwie różne rzeczy. Dlaczego jestem nieszczęśliwy z powodu utraty wagi?” *Option* pomaga przypominać sobie, że mam wybór oraz jest skutecznym narzędziem, które pozwala mi się otworzyć i wejrzeć w swoje przekonania.

Stwierdzenie, że „do tego to się właściwie sprowadza” wydaje się być naiwnie proste, ale właściwie TAK jest i na tym polega proces *Option* zadawania pytań. Zakładając, że pytania są zadawane z miłości — jeśli tak nie jest, odpowiadający będzie bronił swoich

przekonań, zamiast przyjrzenia się im — można delikatnie ich użyć, aby zrozumieć, dlaczego człowiek robi to, co robi. Palisz? Objadasz się? Pijesz? Robisz tak z powodu przekonań, które od dawna głęboko w Tobie siedzą. Proces *Option* pozwala na wydobycie ich z podświadomości do świadomości. Kiedy już odkryjesz, w co wierzysz, będziesz wolny i będziesz mógł wybrać ścieżkę, którą chcesz podążać. Kiedy zmienisz swoje przekonania, jak zakłada proces *Option*, Twoje postępowanie w naturalny sposób również ulegnie zmianie.

1 października

Leżałem dzisiaj rano w łóżku i spostrzegłem, że mój umysł zaczyna krążyć wokół negatywnych myśli. Poczułem się z tego powodu nieszczęśliwy. Nie chciałem ich ani nie chciałem być z ich powodu nieszczęśliwy. I nagle przypomniało mi się, co poprzedniego wieczoru powiedziała Suzi Kaufman. Ktoś ją zapytał:

— Kiedy ostatni raz byłaś nieszczęśliwa?

Suzi zastanawiała się długo i w końcu powiedziała, że nie pamięta. Wytłumaczyła, że zawsze, kiedy zaczyna się dziać coś, co powoduje nieszczęście, po prostu powstrzymuje ten proces, mówiąc sobie: „Mam wybór. Czy chcę być szczęśliwa czy nieszczęśliwa?" I wybiera szczęście.

Suzi podała przykład, opowiadając historię swojego adoptowanego syna, Tao. Chłopiec upadł kiedyś,

trzymając w ręku ołówek. Ołówek wbił mu się w oko, a grafit niemal dotarł do mózgu. Większość z nas spanikowałaby lub byłaby nieszczęśliwa, ale Suzi i Bears zachowali spokój i byli szczęśliwi, więc udało im się zrobić wszystko, co trzeba, żeby pomóc dziecku. Ponieważ byli szczęśliwi, zachowali trzeźwość umysłu, która pozwoliła im zobaczyć, co trzeba zrobić w następnej kolejności. I ocalili dziecko.

Przemyślałem sobie to wszystko i zrozumiałem, że mogę wybrać bycie szczęśliwym lub nie z powodu moich negatywnych myśli. Wybrałem więc szczęście. To sprawiło, że na mojej twarzy pojawił się uśmiech. Pomyślałem wtedy, że powinienem nauczyć się kontrolować swoje myśli. Negatywne myślenie też jest wyborem.

Ale później zastanowiłem się: „jak powstrzymać myśli?".

I myśli natychmiast ustały! Leżałem na łóżku, patrzyłem na ścianę i widziałem to. Żadnych myśli. Żadnych osądów. Po prostu wspaniała spokojna przestrzeń i czujność.

Nagle zacząłem znów myśleć, kiedy zacząłem oddychać. Wyglądało na to, że kiedy zatrzymywały się moje myśli, zatrzymywało się też oddychanie. Kiedy zaczynałem oddychać, zaczynałem myśleć.

Być może przez trzydzieści lat szkolenia nauczyłem się, że myślenie jest tak samo naturalne jak oddycha-

nie. Ale teraz zaczynam się nad tym zastanawiać — ponieważ właśnie miałem bardzo wyraźny przykład tego, że mam moc, która pozwala mi kontrolować własny umysł!

Później. Pragnąc uzupełnić to, co mówiłem wczoraj na temat tego, że najbardziej liczy się wnętrze słuchającego / mentora, tj. jego podejście, które jest pełne akceptacji i wyzute z osądu, co prowadzi w końcu do transformacji, chcę przytoczyć cytat z książki Berniego Siegela pt. *Love, Medicine and Mircales*[11]:

„Badania wykazały, że jeśli w gabinecie psychiatry posadzi się dozorcę, pacjenci czują się lepiej — pod warunkiem że dozorca wykazuje empatię.

Troska jest tutaj sprawą kluczową — ale musi to być troska bez przywiązania. Wydaje mi się, że opieka oznacza czasami «chcę, żebyś poczuł się lepiej». Miłość zaś oznacza «akceptuję cię takim, jakim jesteś».”

Kiedy wczoraj zadzwoniłem do Marian, byłem świeżo po mojej drugiej sesji *Option*. Czułem się błogo w środku. Ale ona była bardzo podenerwowana i bardzo szybko oddychała z przejęcia wywołanego ofertą pracy i mogącymi z tego wynikać trudnościami. Pozwoliłem jej czuć to, co czuła. Nie wywierałem nacisku, nie próbowałem nią pokierować ani jej zmienić. Po prostu byłem przy niej, pozwalając jej powiedzieć to, co chce powiedzieć. Po niedługim czasie

11 *Miłość, medycyna i cuda* [przyp. tłum.].

jej głos się uspokoił, oddech wrócił do normy i zaczęła pytać mnie o mój pobyt. To tak, jakby mój spokój, uspokoił ją.

Wygląda na to, że jasność umysłu jest zaraźliwa.

Nie poddawaj ocenie siebie ani drugiej osoby, z którą rozmawiasz, a sam będziesz uczestniczył w Procesie *Option*. To podejście — „kochać, znaczy być szczęśliwym / zadowolonym z...” — jest jedynym kluczem do sukcesu.

Czasami trudno jest mi zrozumieć, że po prostu bycie z kimś jest cudowne. Kiedy słucham, naprawdę słucham i jestem dla drugiej osoby. Jeśli w jakiś sposób staram się kierować rozmową, w rezultacie mówię: „wiem lepiej od ciebie”. W Option, to Ty jesteś swoim najlepszym ekspertem.

2 października

Oto niektóre wskazówki dotyczące szczęśliwego życia:

— Nie rób z nieszczęścia swojego wroga. Nieszczęście to strategia, której się nauczyliśmy, żeby przetrwać. Jest wyborem i wolno Ci wybrać nieszczęście, jeśli tego chcesz. Nie bądź nieszczęśliwy z powodu nieszczęścia. Naucz się również je akceptować.

— Bądź „Znalazcą Dobra”. Jeśli nadal chcesz wszystko na świecie poddawać ocenie, oceniaj wszystko jako dobre.Zawsze, kiedy jesteś za coś wdzięczny, jesteś szczęśliwy. Rozejrzyj się wokół siebie i znajdź coś,

cokolwiek, za co czujesz wdzięczność. Może to być drzewo, książka, słońce. Cokolwiek! Kiedy jesteś wdzięczny, otwierasz się na szczęście.

— Żyj chwilą obecną. Nigdy nie jesteś nieszczęśliwy w tej właśnie konkretnej chwili. W chwili obecnej wszystko jest w porządku. Nieszczęście to kwestia przyszłości i patrzenia w przeszłość.

Ostatnia sugestia przypomina mi cytat z Hanka Williamsa, Jr.,: „jeśli nie jesteś szczęśliwy, przegapiasz wielką szansę".

3 października

Twoje szczęście nie jest zależne od posiadania ani zdobywania czegokolwiek. Możesz być szczęśliwy teraz. Powiedzenie *Option* mówi: „ludzie szczęśliwi zazwyczaj dostają to, czego chcą, a jeśli nie, chcą tego, co dostają".

4 października

Jednym z najlepszych „skrótów" do szczęścia jest uczucie wdzięczności. Dzisiaj wieczorem spędziliśmy cztery godziny na odczuwaniu wdzięczności. Było wspaniale. Każda osoba z grupy po kolei mówiła, za co czuje się wdzięczna odnośnie mijającego tygodnia. Kiedy przyszła moja kolej, ledwie mogłem usiedzieć w miejscu. Moja wdzięczność była pełna pasji. Powiedziałem Bearsowi, że jego praca otwiera przede mną kolejne drzwi do mojego wnętrza, że jego niedzielny

wieczorny wykład sprawił, że unosiłem się nad ziemią; jakim niesamowitym darem było go spotkać oraz że będę go wspierał i wrócę na kolejne szkolenie w Procesie *Option*.

Po tym, jak wszyscy podzielili się swoim uczuciem wdzięczności, wstaliśmy i zaśpiewaliśmy starą pieśń *All I want from you is forever to remember me as loving you*[12]. Zanim zaczęliśmy śpiewać, wybraliśmy sobie partnerów. Bears dołączył do mnie. Był to autentyczny wyraz jego wdzięczności dla mnie i mojej dla niego. Na końcu wszyscy się uściskaliśmy. Było to niesamowicie silne przeżycie.

Czułem się zaszczycony, wzruszony, wdzięczny, uzdrowiony, kochany, odnowiony i zdumiony. Jeśli ktoś by mnie zapytał, co robiłem przez tych ostatnich kilka dni, że czuję się tak wspaniale, cóż mógłbym mu odpowiedzieć? Że spędziłem miłe chwile z kilkunastoma osobami? Że graliśmy w gry, słuchaliśmy opowieści, rozmawialiśmy, jedliśmy, spaliśmy i czuliśmy się bardzo, bardzo szczęśliwi? Słowa nie są w stanie opisać cudu, którego doświadczyłem w *Option Institute*. Zaiste, jest to „Miejsce dla Cudów".

[12] *Pragnę jedynie, abyś zawsze pamiętał mnie, jak kocham Ciebie* [przyp. tłum.].

Mężczyzna, który stał się bogiem

W szkole podstawowej zrobiłem prostą wystawę na Dzień Nauki. Nie było nic wyjątkowego w moim projekcie. Takie rzeczy powstawały już wcześniej. Moja wystawa nie zdobyła również żadnej nagrody. Ale i tak cieszę się, że ją zrobiłem. Ten projekt naukowy sprzed ponad dwóch dekad pomaga mi wyjaśnić mechanizm działania Procesu *Option*.

Pewnie widzieliście moją wystawę. Albo podobną. Była to płaska drewniana deska z dwoma rzędami obrazków kolorowych ptaków w górnej połowie i rzędem nazw ptaków w dolnej połowie.

Obok deski leżały dwa śrubokręty. Należało umieścić śrubokręt na śrubie poniżej obrazka. Drugim śrubokrętem trzeba było dotknąć do śruby przy nazwie ptaka. Jeśli odpowiednio się połączyło ptaka z nazwą, zapalała się lampka.

Podobną rzecz można moim zdaniem zaobserwować w *Option*. Zadajesz pytania i akceptujesz odpowiedzi, aż pojawi się ta właściwa, zapalająca lampkę. Światełko RZECZYWIŚCIE się pojawia. Rozbłyska w oczach drugiej osoby. Widać to na całej twarzy. Widać to w ciepłym blasku, którym jaśnieje osoba, która mogła wejrzeć w siebie i uwolnić się od przekonań z przeszłości.

Mój projekt naukowy stanowi analogię do procesu *Option*. Zadajesz pytania i przyjmujesz wszystkie odpowiedzi, aż pytanie i odpowiedź sprawią, że zabłyśnie światełko. Pozwól, że podzielę się z Tobą najbardziej niezapomnianym doświadczeniem z Procesu *Option*. Wszystko zaczło się pewnego wieczoru około rok temu, kiedy zapragnąłem wziąć udział w najgorętszym ostatnio seminarium…

Poznałem Johna podczas Chodzenia po Ogniu. Fakt, że przeszedłem po rozżarzonych węglach tego wieczoru, nie jest tak istotny, jak to, że poznałem Johna. To wydarzenie było początkiem naszej przyjaźni.

Kilka dni po Chodzeniu po Ogniu, umówiliśmy się na lunch. Przeprowadzałem wywiad z Johnem na potrzeby artykułu, który pisałem. Kiedy jednak nasza dyskusja stawała się coraz głębsza i zaczęliśmy dzielić się zwierzeniami, odkryłem, że John był w samym środku wewnętrznej walki. Dwie rzeczy ciągnęły go w przeciwnych kierunkach, jedną było jego ego, a drugą boski pierwiastek w nim samym. Jego ciało było polem psychologicznej walki, a on sam płacił za to słoną cenę. Stawką było jego szczęście, zdrowie, małżeństwo i przyszłość.

John nie słyszał o Procesie *Option*. Wiedział jednak, że zależy mi na nim i że może powiedzieć mi wszystko. Spotykaliśmy się więc dalej, a po naszych kilku spotkaniach, pewnego chłodnego zimowego dnia, wy-

wiązała się między nami spontaniczna sesja *Option* — która dramatycznie zmieniła jego życie.

Spotkaliśmy się w uniwersyteckim bufecie na południe od Houston. Pomimo że było południe, a miejsce zatłoczone, czuliśmy się tak, jakby oprócz nas nie było tam nikogo. Wiedziałem, że ludzie wchodzili i wychodzili, niektórzy pewnie przypadkiem usłyszeli strzępki naszej dziwnej rozmowy, ale nigdy nie odwróciłem wzroku od Johna. Poświęciłem mu całkowicie swoją uwagę. Jego twarz odzwierciedlała to, co działo się w jego wnętrzu. Całe jego ciało było spięte. Bał się zrobić ten krok. Nawet jego dłonie były ściśnięte w pięści.

Przyznaję, że się bałem. John był wysoki i silny. I ma czarny pas karate. Świadomość tych faktów nie opuszczała mnie, kiedy patrzyłem, jak buzuje w nim tłumiona agresja. Wiedziałem, że może wpaść w furię i zmiażdżyć mi twarz. Wiedziałem jednak również, że go kocham. Byłem też pełen zaufania, jeśli chodziło o samą sytuację. W jakiś dziwny sposób wiedziałem, że będzie dobrze. Nawet gdyby mnie uderzył, zaakceptowałbym to.

Oczywiście nie chciałem tego, ale byłem w stanie to zaakceptować. Ta świadomość dawała mi potężne poczucie wolności.

Nie przypomnę sobie teraz wszystkiego, o czym mówiliśmy, ja i John. Pamiętam, że byłem pełen podziwu dla jego otwartości oraz dla tego, jak łatwo i szybko

pozbył się swoich negatywnych przekonań. Pamiętam, jak jego wewnętrzne światło pojawiało się kilka razy, kiedy zgłębialiśmy jego przekonania. Wciąż cieszy mnie to wspomnienie — jego twarzy, jak zmienia się i jaśnieje pod wpływem nowych połączeń, które tworzył jego umysł.

Spróbuję odtworzyć część dialogu.

Co czuł John? Bał się. Czego się bał? Że jego Boskie Ja (jego słowa) przejmie kontrolę nad jego życiem. Czym jest Boskie Ja? Jego wewnętrznym boskim pierwiastkiem, powiedział, dobrocią wszechświata. Dlaczego bał się, że dobro przejmie kontrolę nad jego życiem? Energia Boga będzie siłą napędową dla dobra w jego wnętrzu, ale również dla zła.

Co miał na myśli? Jego twarz stężała. Spojrzenie stało się twarde. Oddech zdradzał zmęczenie. Coś działo się w jego wnętrzu. Bałem się, że może wybuchnąć. Przypomniałem sobie jednak, żeby pokładać ufność w całym procesie. Odprężyłem się. Odrobinę.

John zaczął opowiadać o swojej przeszłości. W młodości zrobił rzeczy, których nigdy sobie nie wybaczy. Czyli na przykład?

Powiedział mi. Dlaczego sobie nie wybaczył? Uważał, że zasługuje na karę. Dlaczego? Żeby już nigdy nie był zły. Czy chciał być zły? Nie. Dlaczego więc karał sam siebie? Uśmiechnął się. Jego wewnętrzne światło zajaśniało. Wiedział, że nie musi się karać, aby

powstrzymać się od zrobienia czegoś, czego i tak nie chce zrobić.

Dlaczego bał się poddać swojej boskości? Energia Boga dałaby siłę nie tylko kwiatom, ale i chwastom. Czym była Boska Energia? Dobrem. Czym są chwasty? Złem. Czy wierzył w to, że dobro karmiłoby zło? Nie, stwierdził, oczywiście, że nie!

Po tym John się zmienił. Całe jego wewnętrzne światło rozbłysło. Jego ciało rozluźniło się, odprężyło. Jego oddech stał się głębszy i pełniejszy. Jego oczy — przysięgam, że tak było — zdawały się zmieniać kolor. John nie był już Johnem. Zmiana była tak oczywista, że jedna z osób z bufetu zapytała, czy z Johnem wszystko w porządku.

W przeciągu ostatniego roku John przeszedł niewiarygodną przemianę. Jego seminaria rozwoju wewnętrznego — które były prowadzone bezpłatnie dla małych grup — teraz przyciągają tłumy, a John świetnie na tym zarabia. Dostał biuro, miejsce do prowadzenia zajęć i wspaniałą pracę w szpitalu. Jest zapraszany z wykładami przez różne grupy. Lista jego regularnych klientów, którzy przychodzą w poszukiwaniu pomocy, wydłuża się. Jego stosunek do samego siebie, związek z żoną i innymi ludźmi jest szczęśliwy i pozbawiony napięcia.

W jaki sposób *Option* mu pomogło? John powiedział mi później, że jego przekonania potrzebowały uporządkowania. Moje pytania pomogły mu połączyć

śrubokręty ze śrubami (jak w moim projekcie naukowym), aż w końcu pojawiło się światło. Innymi słowy, pozbyliśmy się negatywnych przekonań z przeszłości, aby John stał się wolny i mógł być, kimkolwiek chciał — a dla Johna kolejnym krokiem była wewnętrzna przemiana.

Oczywiście John jest wciąż Johnem. Nie wyrosły mu skrzyda, nie ożywia zmarłych, a jego żona powiedziałaby Ci, że wciąż jest jak najbardziej ludzki. Ale jest w nim jakaś jedność i energia, dzięki której widać, że jego wewnętrzna walka się skończyła. Jest pełen harmonii. Jest szczęśliwy. Czyż nie na tym polega boskość i oświecenie?

Metamorfoza Johna jest wspaniałym przykładem tego, w jaki sposób działa *Option*. Dialog *Option* pozwala odkryć przekonania, które są przeszkodą na Twojej drodze do szczęścia. Kiedy już jesteś szczęśliwy, jest Ci łatwiej wybrać to, czego dla siebie chcesz. A kiedy już wiesz, czego chcesz, możesz zacząć to tworzyć. I w tym właśnie momencie zaczynasz tworzyć cuda.

Siła wiary

Podczas ostatniego specjalnego wydania programu w telewizji PBS James Burke, autor *The Day the Universe Changed*, tłumaczył i udowodnił, że zawsze interpretowaliśmy życie według naszych przekonań. Nieważne, czy jesteś buddystą czy naukowcem, starasz się „dopasować" wszystkie swoje doświadczenia do konkretnego modelu rzeczywistości. Przez kilka tysięcy lat uważaliśmy za fakt to, iż Słońce obraca się wokół Ziemi. Teraz jesteśmy mądrzejsi. Czy aby na pewno? Czy wkrótce nie pojawi się kolejny Kopernik, który zmieni nasze obecne przekonania dotyczące rzeczywistości?

Spójrzcie na świat medycyny. Na początku XIX wieku ulubioną formą leczenia było „upuszczanie krwi" — sam termin tłumaczy, na czym polegała terapia. Wielu pacjentów, również Jerzy Waszyngton, zmarło wcześniej z powodu takiego „leczenia" swoich dolegliwości. Dlaczego lekarze nacinali żyły i upuszczali krew? Oczywiście dlatego, że wierzyli, że to pomoże. Dlaczego dzisiaj nie stosuje się „puszczania krwi"? Ponieważ teraz wierzymy, że to nie pomoże.

Spójrzmy na słynny efekt placebo. Weźmy dwie osoby z tą samą chorobą. Jednemu podajmy lekarstwo, a drugiemu pastylkę z cukru. Obydwaj pacjenci wyzdrowieją, ponieważ mają określone przekonania

dotyczące „lekarstwa". Andrew Weil, autor *Health and Healing*, stwierdził (tak jak inni uczeni), że cała historia medycyny może być właściwie historią placebo.

Anthony Robbins w książce *Unlimited Power* wspomina o pacjentce cierpiącej na schizofrenię[13], która miała cukrzycę jako jedna z osób, podczas gdy jej druga osobowość była zupełnie zdrowa. Jedna z jej osobowości wierzyła, że była chora, więc jej ciało stworzyło tę chorobę. Jej druga osobowość wierzyła, że jest zdrowa, a jej ciało to odzwierciedlało.

Hipnoza jest kolejnym przykładem na to, jak przekonania kontrolują rzeczywistość. Kiedy byłem nastolatkiem, eksperymentowałem z hipnozą. Posadziłem przed sobą kolegę, którego łatwo było wprowadzić w trans i powiedziałem mu, że zaraz poczuje na dłoni dotyk kostki lodu. Następnie zapaliłem zapałkę i przysunąłem do jego ręki. Nie poparzył się (na szczęście). Zamiast tego, uśmiechnął się i powiedział:

— Ale zimne!

Wayne Dyer przedstawia inny przykład na siłę przekonań. W *Pulling Your Own Strings* Dyer pisze o eksperymencie z lat 60., gdzie nauczycielowi dano

13 W opisanym przypadku chodzi raczej o osobowość wieloraką. Autor jednak użył sformułowania *shizophrenic woman*, dlatego taką formę pozostawiono [przyp. red.].

wyniki testów na inteligencję jego nowych uczniów. Nie były to jednak prawdziwe wyniki. Niektóre z nich były tylko numerkami szafek uczniów. Na koniec roku wszyscy osiągnęli takie rezultaty, jakie zakładało ich IQ. Uczniowie z wyższymi numerkami szafek mieli lepsze wyniki niż uczniowie z niższymi numerami. Każdy uwierzył w swój wynik IQ — i stworzył swoją własną rzeczywistość na podstawie tego, w co wierzył[14].

Kiedy byłem w liceum, wielokrotnie czytałem książkę Claude'a Bristola pt. *The Magic Of Believing*. Dzięki jego arcydziełu, wierzyłem, że mogę zrobić wszystko — nawet pokonać mojego ojca w meczu ping-ponga.

Mój ojciec mógł z łatwością pokonać mnie w tym sporcie. Ale po przeczytaniu książki Bristola kilka razy przekonałem sam siebie, że mogę z nim wygrać. Pamiętam, jak spędzałem wiele czasu, wyobrażając sobie siebie rozgrywającego idealny mecz. Kiedy uwierzyłem, że mogę tego dokonać, wyzwałem ojca na pojedynek. Zawsze gotów, by pokonać syna, zgodził się zagrać.

Ale tata nie wiedział, jak dobrze byłem przygotowany. Pokonałem go nie tylko w tej grze, ale wygrałem każdy kolejny mecz, który rozegraliśmy tego dnia!

[14] Wynik eksperymentu przypomina słynny efekt Pigmaliona, tj. odmiany samospełniającego się proroctwa, dotyczącego wzajemnych oczekiwań wobec siebie [przyp. red.].

Prawdziwy cud

Uważam, że *Option* i praca Kaufmanów jest czymś zapierającym dech w piersiach. Widzę, że większość ludzie spędza swoje życie, tkwiąc w pudełku swoich przekonań. Nigdy nie jesteśmy ich świadomi. To, co nam się przytrafia, nazywamy po prostu „życiem". Ale to, co nas spotyka, oparte jest na naszych przekonaniach. Ostatnio czytałem wywiad z Bearsem, w którym powiedział, że „przekonania SĄ rzeczywistością". Jeśli tak jest, a tak sądzę, możesz zmieniać swoją rzeczywistość poprzez zmienianie swoich przekonań. *Option* jest narzędziem, które to umożliwia.

W San Diego, w Kalifornii, pracuje wspaniała terapeutka *Option*, Mandy Evans, która pomaga ludziom zmienić swoją przeszłość poprzez zgłębianie ich przekonań. Wygląda na to, że przeszłość, teraźniejszość i przyszłość są plastyczne. Możemy ukształtować je wedle naszej woli poprzez zmienianie naszych przekonań. Mandy zajmuje się *Option* od ponad dwudziestu lat i prowadzi warsztaty przemiany o nazwie Poza przeszłością, gdzie pomaga ludziom na nowo poskładać ich przeszłość.

— To nie przeszłość zadaje nam ból — powiedziała mi kiedyś Mandy. — To przekonania dotyczące przeszło-

ści, które sami stworzyliśmy. Te przekonania można kwestionować.

Mandy kwestionuje przekonania poprzez *Option*. Celem nie jest zmiana naszych przekonań, jak tłumaczy Mandy w swoim małym przewodniku *Emotional Options*, ale po prostu przyjrzenie się im.

— Option daje nam okazję, abyśmy kwestionowali uczucia i przekonania w sposób tak bardzo konstruktywny, pełen miłości, akceptacji, jak tylko potrafimy — tłumaczy Mandy.

Trochę frustrujące jest dla mnie to, że więcej ludzi nie wie o *Option*. Tak wielu ludzi jest nieszczęśliwych. Tak wielu cierpi. Tak wiele osób jest niezadowolonych ze swojego życia. Tak wielu ludzi obwinia przeszłość, za swoją sytuację obecną. A przecież to wszystko nie ma sensu i jest niepotrzebne. Bez wątpienia staramy się najlepiej jak potrafimy, ale wiem, że stać nas na więcej i że na pewno możemy być bardziej zadowoleni z tego, co robimy. Ty też to wiesz. *Option* pokazało mi, że cuda są możliwe. Nieważne, co masz w swoim życiu albo czemu stawiasz czoła, masz siłę, aby to zmienić. Wybór, jak zawsze, należy do Ciebie.

Dla mnie to właśnie jest prawdziwym cudem. Jest to dar wpisany we wspaniały Proces *Option*.

Rozdział Czwarty
Uzdrawiająca wizja Meira

Chciałem spotkać Meira Schneidera przed przeczytaniem którejkolwiek z jego książek. Broszurka *Self-Healing. My Life and Vision* mówiła o człowieku, który sam uleczył się ze ślepoty. Byłem tym zafascynowany. Uwielbiam prawdziwe historie o ludziach, którzy wychodzą z „beznadziejnych" sytuacji. Meir usłyszał diagnozę — nieuleczalny. Otrzymał nawet dokument potwierdzający ślepotę od izraelskiego rządu. Ale żył dalej. I nie tylko pisał książkę oraz pomagał innym odzyskać wzrok, ale również jeździł ulicami Kalifornii z prawem jazdy bez żadnych uwag.

Tak, musiałem poznać tego człowieka.

Książka Meira uderzyła mnie jako niezwykle szczera i inspirująca. Było w niej więcej filozofii niż ćwiczeń i to mnie zdziwiło. Spodziewałem się książki wypełnionej „ćwiczeniami dla oczu" i technikami oddychania. Było tego mało, prawie wcale. Zadzwoniłem do San Francisco, do biura Meira. Był 4 lipca, Dzień Niepodległości, gdy rozmawialiśmy po raz pierwszy. Łatwo się

z nim gawędziło. Ponieważ urodził się w ZSRR w 1954 roku, a wychował się w Izraelu, myślałem, że trudno będzie mi go zrozumieć. Nie było. Mówił wyraźnie, zrozumiale i z pasją. Natychmiast go polubiłem.

Umówiliśmy się na spotkanie w Houston. Zmierzał w stronę Cape Cod na długo wyczekiwane wakacje. Po prostu zmienił trasę lotu, żebyśmy mogli spędzić kilka godzin na lotnisku Intercontinental. Oczywiście zgodziłem się. Byłem niesamowicie podekscytowany spotkaniem z nim i zacząłem się przygotowywać, czytając wszystko, co tylko mogłem o Meirze. Ułatwił mi poszukiwania, wysyłając grubą paczkę z kopiami artykułów na swój temat.

O Meirze

Dowiedziałem się, że Meir był dzieckiem żydowskich niesłyszących rodziców. To musiała być nieznośna sytuacja. Niewidomy chłopak z niesłyszącymi rodzicami? Mój Boże. To zatrważające. Meir miał kataraktę w obu oczach oraz cierpiał z powodu jaskry i oczopląsu (mimowolnych ruchów oczu). Był operowany w Polsce w 1959 roku. Później przeprowadził się do Izraela i przeszedł kolejne cztery operacje. Do tego czasu

soczewki Meira były tak zniszczone, że orzeczono, iż jest pełnoprawnie i nieuleczalnie ślepy.

Nauczył się czytać metodą Braille'a. Kiedy nauczył się już czytać po trzy książki w tygodniu tym sposobem, spotkał młodego chłopaka, który nauczył go wykonywać specjalne ćwiczenia. Ćwiczenia te pochodziły z prac Dr. Batesa, kontrowersyjnego amerykańskiego okulisty z przełomu wieków. Po 18 miesiącach „wystawiania na słońce" i „zakrywania" oraz innych ćwiczeniach Batesa, Meir mógł znowu widzieć.

Wieść o Meirze rozeszła się w Izraelu. Szybko stał się poszukiwanym autorytetem do spraw leczenia. Pomimo że w Ameryce jego historia wciąż postrzegana jest jako wątpliwa, w swoim rodzinnym kraju jest uważany za bohatera narodowego. Jak dotąd Meir pomógł ponad 3000 osobom na całym świecie uleczyć się z różnych dolegliwości. Nie ogranicza się do problemów ze wzrokiem. Pomógł wielu ludziom w problemach ze stwardnieniem tętnic, zapaleniem stawów, postępującym zanikiem istoty szarej układu nerwowego, stwardnieniem rozsianym, a nawet z dystrofią mięśni. Jego skuteczność sięga ponad dziewięćdziesięciu procent.

Meir jest oddany swojej misji. Pracuje od 15 lat i ma ponad 40 000 godzin doświadczenia. Do tego pracuje 10–12 godzin dziennie, codziennie, przyjmując klientów w Centrum Samouzdrownienia w San Francisco, które otworzył w 1977 roku.

Spotkanie z Meirem

Rozpoznałem Meira, gdy wysiadł z samolotu. Wokół niego było pięć osób, wszystkie noszące okulary. Najwyraźniej Meir opowiedział swoją historię sukcesu pasażerom siedzącym obok niego w pierwszej klasie. Podziwiałem go za to, że otwarcie dzielił się sobą z obcymi. Nie przegapiał żadnej okazji, żeby pomagać ludziom lub promować swoją książkę.

Meir ma około 172 cm wzrostu i waży jakieś 72 kg. Ma ciemne włosy i nieco krępą budowę ciała. Zauważyłem, że często mruga oczami i ma problem z skupieniem. Przez chwilę zastanawiałem się, czy NAPRAWDĘ mnie widzi.

Uścisnęliśmy sobie dłonie. Można byo czuć się wokół niego swobodnie. Zapytał mnie o moje życie, pracę i rodzinę. Wydawał się być mną szczerze zainteresowany, co jest niezwykłe dla ludzi, o których mam zwyczaj pisać. Większość chce po prostu mówić o sobie. Meir potraktował mnie jak nowego wspaniałego przyjaciela w jego życiu.

Zapytałem, kiedy ma odlot, żebym wiedział, ile czasu mamy na rozmowę. Meir pogmerał w kieszeni, aż znalazł bilet. Ale miał problemy z przeczytaniem go. Długo się na niego patrzył, zanim podał go mnie. Czułem się, jakbym pomagał małemu chłopcu znaleźć drogę do domu. Zastanawiałem się, czy Meir był taki

sam, gdy siedział za kierownicą w swoim samochodzie.

Przeszliśmy przez terminal i poszliśmy do restauracji. Ustawiłem dyktafon i zacząłem zadawać pytania. Meir odchylił się i przybrał ciepły, szczery, ale bardzo skupiony wyraz twarzy.

— Urodziłeś się niewidomy i przeszedłeś pięć operacji.

— Przeszedłem pięć operacji i szóstą operację wyjaśniającą — przerwał mi Meir.

— I to uszkodziło soczewki w twoich oczach, tak?

— Tak. Fizycznie w ogóle nie powinienem widzieć.

— Ale jednak widzisz — powiedziałem. — Dostałeś orzeczenie o byciu niewidomym. Powiedziano ci, że nie ma szans. Ale obstawiałeś przy swoim. Dlaczego?

— Znasz takie stare powiedzenie „ból mnie umacnia"? Dla mnie bolesnym było to, że nie mogłem robić tego, co inni, że byłem wyjątkiem. Spotkałem szesnastoletniego geniusza. Kazał mi zdjąć okulary. Nosząc je, widziałem światło i cień. Powiedział mi, żebym zobaczył światło i cień bez nich. Zobacz je nieostre. Zacznij od tego. To pierwsza rzecz, której mnie nauczył — zobacz to, co widzisz, posiądź swoje oczy. Osoby niewidome w końcu stają się coraz bardziej niewidzące, ponieważ nie oczekują, że coś zobaczą. To, że komuś został jeden procent wzroku, nie oznacza, że należy ten jeden procent lekceważyć.

Byłem pod wrażeniem rozumowania Meira. Będąc z nim, czułem wobec niego szacunek. Bardzo go podziwiałem.

— Zawsze myślałem, że ślepota to totalna ciemność, kompletna nicość — powiedziałem. — Ale ty twierdzisz, że istnieją stopnie widzenia.

— Zgadza się! Dokładnie tak! — wykrzyknął Meir z entuzjazmem. — I dziewięćdziesiąt procent osób niewidomych coś widzi, nawet ci, którzy mają psy za przewodników.

— Czy możesz podać jakiś przykład?

— Niedawno odwiedziła mnie przyjaciółka z Austrii. Jest niewidoma i ma psa przewodnika. Miała niefunkcjonalny wzrok. Ale jednak miała poczucie kolorów i potrafiła wyczuć niektóre przedmioty — nie widziała o tym, dopóki jej nie spotkałem. Jej wzrok był tak niefunkcjonalny, że nie wiedziała, co może zrobić.

— W Austrii osoby niewidome noszą na ramieniu żółtą przepaskę — kontynuował Meir. — Była raz w supermarkecie na zakupach. Nauczyłem ją, żeby zbliżała się do rzeczy, które widziała, więc powoli podeszła do półki z jogurtami. Potrafiła dostrzec jego kontury — być może nie widziała go w taki sposób, w jaki ty byś go zobaczył, ale miała poczucie jego kształtu. Wyciągnęła dłoń, wzięła jogurt i umieściła go w swoim wózku z zakupami. Starsza kobieta, która stała za nią

nagle wykrzyknęła „nie masz prawa nosić żółtej przepaski, skoro widzisz!".

— To niesamowita historia — powiedziałem. — Nauczyłeś więc tę kobietę bycia świadomą tego, co właściwie już potrafiła, ale nie mogła zrobić?

— Tak!

— Próbujesz więc ludziom przekazać, żeby widzieli za pomocą tego, co mają, rozwijać to?

— Albo żeby słyszeli, jeśli mają problemy ze słuchem, lub żeby wąchali, jeśli to jest problemem, lub pracowali nad ruchem, który mogą wykonać, jeśli mają paraliż.

— I to prowadzi do zmian?

— Największa różnica pomiędzy mną a fizjoterapeutami polega na tym, że oni ci powiedzą: „twoje ręce są sprawne, więc popracujmy nad ich ruchem". Ja zaś mówię: „do diabła z tym". Jeśli potrafisz poruszać rękami, świetnie. Sprawdźmy, czy dasz radę poruszyć nogami, nawet jeśli ten ruch będzie znikomy, ale sprawdźmy, czy jest. Byłbyś zdumiony, jak wiele ruchu, o którym nawet nie wiedzą, mogą wykonać pacjenci na wózkach inwalidzkich. Nigdy ich do tego nie zachęcano.

— Czy ciebie ktoś zachęcał, żebyś uzdrowił swoje oczy?

— Tak — opowiedział Meir. — Nigdy nie wiedziałem o tym, że o oczy trzeba dbać. Zachęcono mnie do tego, żebym posiadł swój własny wzrok.

— Miałeś wtedy szesnaście lat?

— Miałem za sobą szesnaście lat ślepoty — powiedział Meir. — Używałem okularów o bardzo dużej mocy, 38 dioptrii, dobrał mi je okulista, żebym mógł przeczytać choć jedną literkę. Ale okulary powodowały u mnie straszne bóle głowy.

— Jakie są teraz twoje wyniki na tabeli badania wzroku?

— Z odległości trzech cali widzę druk 20/20. Nie jest to norma, ale dla mnie jest to bardzo dobry wynik. Patrząc w dal, osiągam wynik około 20/80. Trzy razy byłem badany przez kalifornijski oddział ruchu drogowego i teraz mam normalne prawo jazdy.

Pamiętam wstęp do książki Meira. Uderzył mnie jako bardzo kontrowersyjny. Zdecydowałem więc, że zapytam go o to.

— Twoja książka zaczyna się od stwierdzenia, że „żadna dolegliwość nie jest nieuleczalna i nigdy nie powinniśmy tracić nadziei". Dlaczego mówisz, że żadna dolegliwość nie jest nieuleczalna?

— W żadnym razie tego nie udowodniłem — odpowiedział Meir. — Ale uważam, że to ciekawe, żeby to stwierdzenie wydawało się tak dziwne dla świata.

Ludzie nawet nie biorą pod uwagę takiej możliwości. Jest to jeden z powodów, dla których to powiedziałem.

— Nie rozumiem.

— Słuchaj, mamy na świecie AIDS, raka, zawały serca. Mamy przeróżne problemy. Kiedy wierzymy w to, że nie da się tego uniknąć, niewiele z tym robimy. Myślę jednak, że jeśli lepiej poznamy zasoby naszego organizmu, będziemy w stanie zainicjować proces uzdrawiania. Robiąc to, stwarzamy atmosferę uzdrowienia. A ta uzdrawiająca atmosfera stworzyłaby sytuację, w której nie byłoby chorób. Z czasem nasz świat może być w pełni wolny od chorób.

— Nie mogę udowodnić tego, o czym mówię — dodał Meir. — Ale wierzę w to, że, na miłość boską, niektórzy ludzie powinni myśleć tak samo, jak ja.

Chciałem zmienić temat, ale Meir mi nie pozwolił.

— Twoja książka jest inspirująca, ponieważ wiele historii dotyczy osób, które chorowały na tak zwane nieuleczalne choroby.

— Gdybym nie wierzył w to, co ci teraz mówię — wtrącił Meir — nie mgłbym pomóc tym ludziom.

— Rozumiem.

— Wiem, że nie uleczę świata — kontynuował Meir. — Nie mam takiej mocy. Ale potrafię pomóc ludziom tak, aby oni sami mogli sobie pomóc. Potrafię zebrać ludzi razem, aby uwierzyli w tę samą rzecz, tak jak

moi studenci i klienci. Gdyby dziesięć procent świata pracowało w tym kierunku, moglibyśmy go zmienić.

— Widziałem, jak pacjenci z dystrofią mięśni chodzą — nie są biegaczami olimpijskimi — ale mogą chodzić, co jest absolutnie niewiarygodne. Widziałem pacjentów ze stwardnieniem rozsianym, którzy zdrowieli lub ich stan się poprawiał bądź też zmieniali proces rozkładu w proces rozwoju.

— Z iloma pacjentami pracowałeś?

— Ponad trzema tysiącami.

— Jak często odnosiłeś sukces?

— Spośród osób, które zostawały ze mną na dłużej, w ponad dziewięćdziesięciu pięciu procentach przypadków. W przypadku tych, którzy przyszli i odeszli, nie trzymali się terapii, byłem skuteczny w ponad siedemdziesięciu procentach przypadków.

— Ale to nie jest MÓJ sukces — dodał szybko Meir. — Jest to sukces samych pacjentów. Tak czy inaczej, jest to niesamowite.

— Jakimi dolegliwościami się zajmujesz?

— Zapaleniem stawów, problemami ze wzrokiem, dystrofią mięśniową, stwardnieniem rozsianym, udarami, problemami z kręgosłupem.

— Jak to się stało, że najpierw zajmowałeś się problemami ze wzrokiem, a później przeniosłeś swoje działania na inne dziedziny?

— Nikt nie dał mi metody na wyleczenie tylko moich oczu — powiedział Meir. — Dano mi całkowicie nowe spojrzenie na cały organizm. Kiedy ruszasz się więcej, jesteś bardziej żywy. Spróbuj poruszać się mniej, a będziesz mniej żywy. Kiedy pracowałem nad swoim wzrokiem, zacząłem odczuwać ogromne zmęczenie w kręgosłupie. Wcześniej nie cierpiałem na bóle pleców, nie miałem historii chorób z tym związanych.

— Zrozumiałem, że ból pleców był efektem wysiłku, który moje oczy zawsze podejmowały, próbując bronić się przed światłem. Musiałem więc popracować na całym swoim ciałem.

— W jaki sposób pracowałeś?

— Ruszałem się. Oddychałem. Wykonywałem wiele ćwiczeń rozciągających, ale nie przypominały one jogi. Była to bardziej próba połączenia się z komórkami. Nazywam to „medytacją ciała”. Pozwoliło mi to uzyskać połączenie pomiędzy mną i moim ciałem, mną i moimi plecami, mną i moimi nogami.

W tym momencie podeszła do nas młoda para i przerwała naszą rozmowę.

— Przepraszam — powiedziała ciemnowłosa kobieta. — Przez przypadek usłyszeliśmy waszą rozmowę i chcemy, żebyś wiedział, że odpowiedzi na swoje pytania możesz znaleźć tylko w Biblii.

Ojej. Patrzyli prosto na mnie.

— Ten mężczyzna się zagubił — powiedziała kobieta, pokazując na Meira. — On ci nie pomoże.

— Czy wiesz, że on sam uleczył siebie ze ślepoty? — zapytałem.

— Jeśli ozdrowiał, jest to dzieło Boga. Nie jego. Przypisując sobie tę zasługę, jest orędownikiem diabła.

Meir przewrócił oczami i westchnął. Ja czułem się zażenowany.

— Słuchajcie, robię z nim wywiad. Jestem pisarzem.

Uśmiechnęli się. Byli wyraźnie zadowoleni z tego, że nie daję się wciągnąć w „zły" świat Meira. Zaraz po tym, jak podziękowałem im za zainteresowanie, odeszli.

— Przepraszam, Meir — powiedziałem.

— Cały czas mi się do przytrafia.

— Naprawdę? — zapytałem zdziwiony. Nie pomyślałem o tym wcześniej.

— Ludzie lubią unikać odpowiedzialności. Jeśli na coś chorujesz, pracuj nad tym. Nie jesteś bezsilny. Bóg dał ci siłę, żebyś się sam uzdrowił. To nie jest zło.

— Niektórym ludziom — powiedziałem pod nosem. Wziąłem głęboki oddech i kontynuowałem swoją rozmowę z Meirem, zadając mu pytanie, które od

dawna krążyło mi po głowie. Odczuwałem niemalże strach przed jego zadaniem.

— Rozmawiamy o samouzdrowieniu, twoja książka nosi tytuł Samo-uzdrowienie, ale gdy ludzie chorują, przychodzą do ciebie lub innego zewnętrznego źródła. Dlaczego radzisz ludziom, aby szukali poza sobą, skoro twierdzisz, że siła jest WEWNĄTRZ nas?

— Nikt nas nie nauczył, jak się samemu uleczyć — powiedział Meir bez chwili zastanowienia. Najwyraźniej ktoś go już kiedyś o to pytał. — Edukacja, którą otrzymujemy, mówi nam, że nie mamy siły, że nic nie wiemy. Dlatego potrzebujesz kogoś, kto otrzymał dobrą edukację w dziedzinie samouleczenia.

— Kogoś takiego jak ty?

— Jak ja lub może instruktora tai chi lub kogoś, kto zna się na terapii ciała. Niektórzy po prostu czytają książkę Batesa i rzucają okulary w kąt.

— Moja żona zrobiła to lata temu — zwierzyłem się. Ale Meir był nakręcony. Chciał mówić dalej. Pozwoliłem mu.

— Masz większe szanse na poprawę z instruktorem niż tylko z książką. Instruktor pomoże ci zrozumieć, czego potrzebujesz.

— Jak pracujesz z ludźmi?

— Przychodzisz do mnie z problemem, a ja z tobą pracuję. Później idziesz do domu i wymyślasz zajęcie

dla siebie. Wracasz do mnie i dzielisz się tym, co wymyśliłeś i czego się nauczyłeś. Powtarzamy to kilka razy, aż w końcu nauczysz mnie więcej, niż o tobie wiem. Zachęcam cię i wspieram.

— A co z ludźmi, którzy nie mają na tyle motywacji, żeby zacząć pracować nad sobą?

— Nie da się z tym nic zrobić — powiedział Meir. — Nic. Jedyne, co mogę zrobić, to wpłynąć na te dziesięć procent osób, które są już zmotywowane.

— Twoje nauczanie wydaje się intuicyjne i nieuporządkowane — powiedziałem. — Czy spotykając kogoś, masz jakiś plan leczenia?

— Nie przygotowuję programów z góry. Staram się pracować nad rozwijaniem intuicji w innych ludziach, żeby chcieli pracować nad sobą. Chcę, żebyś poznał swoje serce. Nie chcę, żebyś poznał je za dwadzieścia lat, kiedy będziesz miał atak serca. Chcę, żebyś poznał je teraz i poczuł, czego potrzebuje w tej chwili.

Byłem pod wielkim wrażeniem. Spojrzałem na listę pytań, żeby sprawdzić, czy o czymś nie zapomniałem. Zapomniałem.

— Jakie są elementy samouzdrowienia?

— Musisz uwierzyć w to, że jesteś wart poświęconego czasu i energii. — powiedział Meir. — Większości osób tak nie myśli. Muszą dbać o swoją rodzinę i tak dalej. Owszem, człowiek powinien być odpowiedzialny za

swoją rodzinę. Ale jest również odpowiedzialny za swoje problemy. Nie jesteś odpowiedzialny za swoją chorobę, ale odpowiadasz za to, CO z nią zrobisz.

Odprowadziłem Meira z powrotem do terminalu i patrzyłem, jak wsiada do samolotu. To była niesamowita rozmowa. Ekscytująca i oświecająca. Inspirująca.

Dwa lata później znów spotkałem Meira. Leciał za ocean i zatrzymał się w Houston, żeby mnie odwiedzić. Byłem zdumiony tym, jak dobrze wyglądały jego oczy. Wciąż często nimi mrugał. Wciąż zakrywał je dłonią co kilka minut. Ale jego stan wyraźnie się poprawił. Jego wzrok miał w sobie kontrolowaną klarowność. Tym razem nie musiałem za niego odczytywać danych na jego bilecie. Meir najwyraźniej sam sobie bierze swoje rady do serca i wykonuje ćwiczenia, które pomagają mu zdrowieć.

Ucięliśmy sobie miłą pogawędkę. Tym razem rozmawialiśmy o konieczności robienia sobie przerw w pracy na rozciąganie, aby nasze ciała były zdrowe i pełne energii. Moje pierwsze spotkanie z Meirem stało się tematem artykułu z okładki czasopisma „EAST WEST”, ale o naszym drugim spotkaniu nigdy nie napisałem (aż do tej chwili).

Nigdy nie zapomnę Meira. To fascynujący człowiek, który stanowi dla mnie źródło siły. Kiedy chcę coś zrobić i myślę, że to niemożliwe, przywołuję w myślach

Meira. Jeśli on potrafi uleczyć samego siebie z nieuleczalnej ślepoty, jeśli potrafi pomóc tysiącom ludzi odzyskać wzrok lub pomóc znów chodzić, to co ja mogę zrobić w swoim życiu?

Jak zwykle, jedyne ograniczenia, jakie mamy, to te, w które sami wierzymy. Prawda jest taka, że wszystko jest możliwe.

A Meir jest tego namacalnym dowodem.

Rozdział Piąty

Wojenna duchowa gra partyzancka

Stuart Wilde i okryta złą sławą technika WAM

Uważałem, że Stuart Wilde jest dziwny. Jedliśmy razem śniadanie i opowiadał mi o swoim nowym seminarium — *Przyspieszenie*, w którym uczył ludzi grać w „wojenną duchową grę partyzancką". Wytłumaczył mi, że jest to technika, której używa, aby uświadomić ludziom, jaką władzę posiadają. A co można zrobić z tą władza, jak się już ją zdobędzie?

— To zależy od ciebie — powiedział Wilde. — Gdybym powiedział ci, co masz z nią zrobić, odebrałbym ci ją.

Wilde objechał dookoła świat sześć razy. Studiował w Anglii metafizykę i opowiadał o kulturze Wschodu,

opierając się na własnych doświadczeniach. Pomimo że potrafił rozprawiać o wszystkim, począwszy od Tarota, aż po kanalizm, Wilde nie był łatwowierny ani nieszczery. Powiedział mi, że w ruchu *New Age* ma miejsce wiele przekrętów i uważał, że kanalizm jest jednym z nich.

— Jeśli twój wujaszek był przygłupi, gdy żył — tłumaczył Wilde — to nie jest ani o krztynę mądrzejszy teraz, gdy już nie żyje.

Później Wilde tłumaczył mi, że nie da się „kanałować", czegoś, czego w nas nie ma.

— To tak, jakby próbować wydobyć nutę z fortepianu, której tam nie ma. Niemożliwe.

Czytałem wcześniejsze książki Wilde'a (*Miracles, The Force i Affirmations*) i lubiłem go. Podobało mi się jego poczucie humoru i przyjazny styl. Ale uważałem, że jego opinie na temat spraw ezoteryki są nieco dzikie (bez skojarzeń). Kiedy jedząc śniadanie, opowiedział mi o tym, że widział płaszczyznę astralną, pomyślałem, że pomieszało mu się w głowie.

— Płaszczyzna astralna bardzo przypomina tę płaszczyznę — powiedział. — Nie ma to nic wspólnego z długimi szatami i obłokami dymu.

Nie mogłem się z nim kłócić. Sam nie widziałem płaszczyzny astralnej. Więc słuchałem, siedząc cicho.

— A ten tunel, o którym opowiadają ludzie, którzy otarli się o śmierć, tak naprawdę nie jest tunelem. Bardziej to przypomina dwa wirujące źródła energii.

— Rozumiem — odpowiedziałem.

Wilde wiedział, że jestem sceptycznie nastawiony. Bez wątpienia ten brytyjski łobuz potrafił czytać we mnie jak w otwartej książce i wyczuł to, co myślę. W pewnym momencie, gdy przekrajałem angielską bułeczkę i smarowałem ją masłem, Wilde spojrzał na mnie z najsłodszym uśmiechem, jaki w życiu widziałem. Zastanawiałem się, czy nie wysyłał mi przypadkiem jakiegoś astralnego rozkazu. Słyszałem, że wierzył w kontrolowanie myśli oraz w czytanie w myślach.

— A może tak wpadłbyś na moje seminarium? — zapytał.

— Ja?

Następnej soboty razem z trzema setkami innych osób (z czego większość zapłaciła po $ 85 za ten dzień) odkryłem wspaniałą siłę kontrolowanej myśli.

Wojenna duchowa gra partyzancka

Ćwiczenia, przez które przeprowadzał nas Wilde, nosiły nazwę wojennej duchowej gry partyzanckiej. Wilde wierzy, że dawno, dawno temu był mongolskim wojownikiem i jego fascynacja tymi ludźmi przekłada się również na jego seminaria.

Byłem w parze z Wendy, czarującą kobietą, która bardzo mi się podobała. Wilde kazał mi stworzyć wokół siebie za pomocą umysłu pole siłowe.

— Po prostu zakryj się białym światłem, jeśli wierzysz, że ci TO pomoże — dodał uśmiechając się chytrze. — Albo wyobraź sobie wokół siebie ścianę z ołowiu. Zrób cokolwiek chcesz, żeby się ochronić.

Stworzyłem w swoim umyśle grubą ścianę z ołowiu, przez którą NIKT nie mógłby się przedostać.

— Twoja partnerka wyśle skoncentrowany promień energii w twoją stronę, prosto przez twoją ścianę.

Nie ma mowy. W życiu nie chciałem pozwolić tej czarującej dziewce przede mną pokonać mnie w tej ezoterycznej grze umysłu. Mój wizerunek macho musiał pozostać bez szwanku — choćby nie wiem co. Wzmocniłem więc mentalny mur wokół siebie. A później dodałem pole siłowe, jakiego używają w *Star Treku*. Nikt nie miał wstępu do mojej przestrzeni!

— Gotowi? — zapytał Wilde. — Start!

Siedziałem z zamkniętymi oczami. Całą uwagę skierowałem na mentalny obraz ściany, która mnie chroniła. Przez kilka sekund odczuwałem spokój i komfort. Czułem się pewny siebie. Ale wtedy nagle coś poczułem — nie jestem pewien, jak to nazwać — jakby pchnięcie w klatkę piersiową. Ze wzmożoną koncentracją skupiłem się na ołowianej ścianie i polu siłowym. Nacisk na moją klatkę piersiową stawał się coraz mocniejszy. Czułem, jak wdziera się we mnie energia niczym laser przecinający beton. Spanikowałem. Serce mi waliło, zacząłem szybko i płytko oddychać. To nie mogło się dziać! To niemożliwe, żeby MYŚL się we mnie wdzierała!

Ale tak się działo. Moja partnerka skupiła się na promieniu skoncentrowanej energii i strzeliła we mnie. Prosto przez ołowianą ścianę i pole siłowe. Nie popisałeś się, kapitanie Kirku.

Po tym ćwiczeniu Wilde chciał, żeby wszyscy porozmawiali o tym, co zaszło. Każdy doświadczył siły umysłu innej osoby.

— Czy biało światło was chroniło? — zapytał Wilde.

— Nie! — zawołali wszyscy.

— Ochronne białe światło to bujda — powiedział Wilde. — Przed niczym was nie ochroni!

Później zamieniliśmy się. Moja seksowna partnerka stworzyła mentalny mur, a ja uruchomiłem swoją umysłową wiertarkę. Po kilku chwilach poczułem, jak moja myśl w nią wchodzi. Uśmiechnąłem się do siebie, zadowolony z tego, że tak szybko osłabła pod wpływem siły mojego umysłu.

— Czy istnieje jakaś ochrona przed cudzymi myślami? — pytały niektóre zmartwione osoby. — Jeśli nie ochroni nas jasne światło, co nas ochroni?

— Mam dla was dobrą i złą wiadomość — powiedział Wilde. — Zła wiadomość jest taka, że nic was nie ochroni przed kontrolowaną myśl. Dobra wiadomość jest taka, że nie potrzebujecie ochrony. To wy macie być tymi, którzy wysyłają myśli. Większość osób nie korzysta ze swoich umysłów. Są wykorzystywani PRZEZ nie. Chcę, żebyście opuścili mechaniczny świat i przejęli władzę.

Było więcej partyzanckich gier wojennych. Zafascynowała mnie siła umysłu. Pomimo że zawsze czytałem o tym, że nasze myśli mają władzę, to Wilde pozwolił nam doświadczyć tej siły. To było niezaprzeczalne i niezapomniane. Zacząłem rozumieć, że jeśli dałoby się utrzymać jakąś myśl wystarczająco długo, z całą koncentracją i wytrwałością wojownika, ta myśl mogłaby wpłynąć na rzeczywistość. Czytanie czyichś myśli jest rzeczywiście możliwe. Wilde właśnie nam to udowadniał.

Czego pragnie „mały ty”?

Później, podczas seminarium Wilde poprowadził nas przez niesamowite doświadczenie wyobraźni. Poproszono nas, abyśmy otoczyli nasze ciała konturem jasnego światła.

— Użyjcie palca albo promienia — zasugerował. — Obrysujcie swoje ciało białym światłem.

Zauważyłem, że niezwykle szybko się skupiam. Czułem, jak się relaksuję i jestem tu i teraz. Wszelkie napięcie opuściło moje ciało. Byłem wolny. Czułem, że jestem, jak nigdy dotąd.

— Teraz stwórzcie promień światła od czubka głowy aż do stóp.

Udało mi się. Widziałem go, wyglądał niczym przejście dla mrówek. Z jakiegoś powodu przypomniał mi się kawał o dwóch więźniach, którzy chcą uciec ze swojego więzienia. Jeden mówi, że zaświeci latarkę, a drugi będzie mógł wyjść, przechodząc na smudze światła. Drugi odpowiedział mu: „Myślisz, że postradałem zmysły? Jak będę w połowie, zgasisz latarkę!”

Następnie Wilde nas poprosił, żebyśmy stworzyli mentalny obraz nas samych i go skurczyli.

— A teraz niech ten obraz przejdzie po promieniu światła, z czubka waszej głowy aż do podłogi — instruował Wilde.

„Mój Boże”, pomyślałem sobie. „To MUSI być żart.”

Ale robię to, co mi mówi. Mały Joe schodzi po mentalnym promieniu na podłogę. Widzę w swoim umyśle, jak karzełkowaty obraz mnie chodzi wokół moich butów i rozgląda się po pokoju.

— Po prostu obserwuj, co robi twój obraz — powiedział Wilde.

„Mały ja” wydaje się być nieco zagubiony. W końcu decyduje, że nie wie, gdzie iść, ani nie wie, co robić, więc siada na czubku mojego buta i razem ze mną obserwuje Wilde’a.

Po kilku minutach Wilde sprawia, że „mały ja” wszystkich osób wraca do światła, rośnie do pełnych rozmiarów i scala się z naszymi ciałami.

— Jakie to było dla was uczucie? — zapytał Wilde wszystkich.

Wysoki mężczyzna wstał i odpowiedział:

— Czułem się zdezorientowany. Mój miniaturowy obraz nie wiedział, co robić.

— Czy TY wiesz, co chcesz zrobić? — zapytał Wilde.

— Ta, tak mi się wydaje.

— Czy ktoś jeszcze chce się podzielić tym, co czuł? — zapytał Wilde.

— Moja „skurczona ja” dobrze się bawiła. Biegała w kółko i szukała monet na podłodze!

— Super! — powiedział Wilde. — Ktoś jeszcze?

Wstałem.

— MÓJ „mini ja” tylko siedział na moim bucie i nic nie robił. — powiedziałem.

— Dlaczego nic nie robił? — zapytał Wilde.

— Myślę, że chciał wiedzieć, CO ma robić.

— Czy jesteś w potrzasku między tym, co słuszne, a tym, co niesłuszne? — zapytał Wilde. — Jeśli twój obraz nie wiedział, co robić, być może bał się zrobić jakiś ruch, dopóki nie wiedział, jaki ruch będzie słuszny. Czy tym kierujesz się w życiu?

— Nie wiem — odpowiedziałem.

— Pomyśl o tym — poradził Wilde. — Ktoś jeszcze?

Okazuje się, że ta mała oparta na wyobraźni technika potrafiła dużo zdradzić o człowieku. Cokolwiek mała osóbka robiła na końcu promienia — lub nie robiła — odkrywało coś na temat sposobu, w jaki zachowujemy się w codziennym życiu. Fascynujące. Każdy nauczył się czegoś o sobie dzięki temu wyjątkowemu doświadczeniu.

Astralny seks

Ostatnia wojenna umysłowa gra partyzancka polegała na tym, że mieliśmy się położyć wygodnie na podłodze. Znów obrysowywaliśmy nasze ciała rysikiem z promienia światła. Ale tym razem Wilde chciał, żebyśmy OPUŚCILI swoje ciała.

— Po prostu wstańcie ze swoich ciał — powiedział Wilde. — Zobaczcie swoje „astralne ja", jak wyślizguje się z waszych fizycznych ciał.

To było proste! Naprawdę poczułem, jak coś we mnie wstaje z mojego leżącego na brzuchu ciała. Jak to było możliwe? Tego nie jestem pewien. Najwyraźniej stało się to z powodu mojej intensywnej koncentracji i doświadczeń tego dnia. Wszystko, co robiliśmy, prowadziło do tego wspaniałego momentu.

— Obróćcie swoje astralne ciała — poprosił Wilde. — Zróbcie kilka fikołków w powietrzu.

Wtedy dostrzegłem astralne ciało swojej partnerki. Nawet ono było atrakcyjne. Zauważyłem, że moje astralne ciało dryfuje w jej stronę. Głos Wilde'a gdzieś odpływał, jak się do niej zbliżałem. „Wojownik nie martwiłby się o to, co jest tutaj słuszne", powiedziałem sobie. Śmiało!

Pozwoliłem, aby moje astralne ciało złączyło się z astralnym ciałem mojej partnerki. To było bardzo miłe. Nie, nie było to takie samo uczucie jak połączenie fizyczne. Właściwie nie było tam żadnego UCZUCIA. Ale czuliśmy siebie i w jakimś sensie było to bardzo zmysłowe. Nigdy tego nie zapomnę.

Wilde sprowadził nas wszystkich do swoich ciał. Kiedy się rozciągałem i rozglądałem po sali, zobaczyłem, że moja partnerka też się rozciąga i rozgląda. Nie wiedziałem, czy powinienem nawiązać z nią kontakt wzrokowy czy nie, ale skoro stawałem się wojownikiem, stawiłem czoła swoim obawom i spojrzałem prosto na nią. Uśmiechnęła się i puściła mi oczko!

Po tym skończył się dzień. Nie spotkałem więcej swojej partnerki, ale próbowałem ją odnaleźć poprzez szlak astralny. Jak dotąd nie dopisało mi szczęście.

Mądrość wojownika

Wciąż jednak utrzymuję kontakt ze Stuartem Wilde'em. Obecnie jest w Taos, w New Mexico, gdzie prowadzi pięciodniowe intensywne warsztaty o nazwie *Mądrość Wojownika*. W tym mrożącym krew w żyłach seminarium Wilde zmusza ludzi, żeby chodzili po rozżarzonych węglach, wspinali się na chyboczące się

słupy, skakali z urwisk i walczyli z dzikimi zwierzętami. Tak przynajmniej słyszałem. Osobiście nie braem udziału w tym seminarium — jeszcze! (Czekam, aż Wilde zaprosi mnie tam jako swojego gościa. Mogę poczekać.)

Dlaczego Wilde zachęca ludzi, żeby wykonywali te wszystkie czynności, ocierając się o śmierć (bo zakładam, że tak jest)?

— Ludzie czują, że żyją, gdy stawia się przed nimi wyzwanie polegające na zrobieniu czegoś takiego — wytłumaczył mi Wilde. — Mój ojciec powiedział mi, że najlepszy okres jego życia był wtedy, gdy został postrzelony, ratując ludzi w czasie wojny. Większość ludzi chce czegoś więcej od życia, niż tylko siedzieć przed komputerem przez cały dzień. A ja „zapewniam im wrażenia".

Oj tak!

Wilde przysłał mi ostatnio swoją najnowszą książkę. Jej tytuł brzmi *The trick to money is having some!*. Tytuł mi się nie podoba, ale książka jest wspaniała. Wilde jest praktykującym metafizykiem.

— Jeśli nie jesteś w stanie spieniężyć jakiejś filozofii — powiedział mi kiedyś — to jest bezwartościowa!

Żyjemy w materialnym świecie i naszym prawdziwym sprawdzianem jest to, jak sobie w nim radzimy.

Większość zwolenników ruchu New Age twierdzi, że pieniądze są złe. Nie Stuart Wilde.

— Pieniądze to gra, w którą grasz z SAMYM SOBĄ! — twierdzi Wilde.

Jedną z najwspanialszych rzeczy, których się nauczyłem z książki Wilde'a o pieniądzach, jest koncepcja WAM-u. „WAM" równie dobrze mogłoby być mantrą ruchu metafizycznego. WAM jest czymś, co powinniśmy powtarzać rano, w południe, i wieczorem. Kiedykolwiek coś negocjujesz, powiedz sobie „WAM". Gdy ktoś Cię o coś prosi, pamiętaj o WAM. Moglibyśmy nawet wziąć pod uwagę stworzenie nowego boga o imieniu WAM.

Czym jest WAM? WAM jest mantrą, która oznacza „What About Me?", czyli „A Co Ze Mną?".

Na początku może się wydawać samolubne przypominanie sobie o tym, żeby być egoistycznym i chciwym. Tak naprawdę jest to przypominanie sobie o szanowaniu samego siebie.

Rozdział Szósty

Najgorętsze nowe seminarium: chodzenie po rozżarzonych węglach

Wszystko, co wiemy, jest bez porównania mniejsze od tego, co wciąż pozostaje nieznane.

William Harvey

Wciąż jeszcze mam przed oczami żarzące się węgle. Leżały na powierzchni o długości 180 cm i szerokości 120 cm. Były gorące. NARPAWDĘ gorące. Stałem na skraju paleniska w kole z około dwudziestoma innymi poszukiwaczami i czułem, jak żar bucha mi w pierś. To wszystko było niezaprzeczalnie prawdziwe.

Na pewno miałeś okazję być blisko grilla po tym, jak z węgli został sam żar. Czułeś ten gorąc. Patrzyłeś, jak mięsko skwierczy i rumieni się na hamburgery, a kiełbaski do hot dogów mają ślady gorących pasków od nagrzanych prętów. Wiedziałeś, że nie wolno dotykać węgielków. Zawsze zakładałeś grube ręka-

wiczki. Uważałeś, przewracając burgery i kiełbaski, żeby się nie poparzyć.

Spróbuj teraz podnieść ten grill do którejś potęgi. Zamień go na prostokąt na ziemi pokryty węgielkami. Rozgrzanymi do CZERWONOŚCI węgielkami, po których właśnie przygotowujesz się przejść. Czy potrafisz to sobie wyobrazić? Ja potrafię. Byłem tam. Patrzyłem na te węgle, czułem ich żar i myślałem, co też ja, U LICHA CIĘŻKIEGO, tutaj robię? Dlaczego nie tylko myślałem o przejściu przez te przyprażone węgielki, ale naprawdę miałem zamiar to zrobić?

DLACZEGO??!!

Po co iść, skoro możesz biec?

Człowiek nie zapisuje się na chodzenie po ogniu tylko po to, żeby po nim przejść. Przed samym przejściem odbywa się czterogodzinne seminarium. Na tym seminarium nauczą Cię, „jak" przejść po węglach. Ale to nie jest właściwie prawda. Nikt nie wie, dlaczego dana osoba może — lub nie może — przejść po ogniu. Niektórzy zostają poparzeni. Inni nie. Michael Sky, popularny lider seminariów chodzenia po rozżarzonych węglach, twierdzi, że jeśli przejdziesz

po ogniu pięć lub więcej razy, nie unikniesz, jak on to nazywa, małego „ała”.

Dlaczego więc ktoś chciałby to robić? I dlaczego udajemy, że każdy może nas nauczyć, jak zrobić to bezpiecznie?

Chciałem to zrobić, ponieważ była to najgorętsza nowość, jeśli chodziło o seminaria. Pomyślałem sobie, że jeśli będę potrafił przejść po ogniu, będę potrafił zrobić wszystko. Później dowiedziałem się, że tak naprawdę nie chodzi się po ogniu. Chodzi się po węglach. Dowiedziałem się również, że w mieście takim dużym jak Houston, nie ma osób chodzących po ogniu. Ponieważ jestem przedsiębiorczym facetem, postanowiłem, że ściągnę taką osobę.

Ed Richards pochodzi z Chicago i zajmuje się strojeniem pianin. Chodzenia po ogniu nauczył się od założyciela ruchu Tolly’ego Burkana. Nie sądzę, żeby Richard osiągnął jakąkolwiek sławę, gdyby nie chodzenie po rozżarzonych węglach. Tak samo Tolly. Chodzenie po ogniu przyciąga uwagę mediów do tych, jednak przeciętnych, nauczycieli. Ed wydawał mi się jednak miłym facetem. Ufałem mu.

Miałem jednak trudności ze zorganizowaniem tego. Zajmowanie się przepisami przeciwpożarowymi oraz przekonywanie 15 osób, że chodzenie po ogniu jest właśnie TYM, co warto zrobić w ramach samorozwoju, nie było proste (pomimo że tysiące ludzi chodziło już po ogniu). Próbowałem. Ale wkrótce się poddałem.

Kiedy już się poddałem, dowiedziałem się, że w Houston mieszka Richard Hite, instruktor chodzenia po rozżarzonych węglach, który szkolił się u Peggy Burkan (eks Tolly'ego).

Richard Hite: człowiek z kluczami

Richard ma za sobą ponad dwadzieścia lat doświadczenia z metafizyką i duchowością. Ma trzy czarne pasy w kilku stylach sztuk walki, m.in. w karate i taekwondo. Richard jest hipnoterapeutą, specjalistą od oddychania, instruktorem jogi, mówcą, artystą, psychoterapeutą, doradcą transpersonalnym i autoryzowanym instruktorem chodzenia po ogniu.

— Pomagam ludziom pokonać traumę radzenia sobie w życiu — tłumaczy Hite, który wygląda jak większa wersja piosenkarza Jamesa Taylora. Pracując w szpitalu, Hite specjalizował się w pomocy pacjentom z zespołem stresu pourazowego. Wierzy w to, że każdy z nas leczy się z jakiegoś urazu.

— Jesteśmy uzależnieni od życia i jesteśmy uzależnieni od unikania życia — mówi 37-letni Richard. — Moim zadaniem jest pomóc ci dotrzeć do twojej wewnętrznej boskości, istności twojego Ja. Ja ukrywa

się pod strachem i traumami. Głębokie Ja jest czystą miłością.

Hite korzysta z przeróżnych narzędzi, aby pomóc klientom oraz uczestnikom warsztatów uwolnić się z więzień, które sami dla siebie stworzyli. Jak wspaniały magik użyje, czego się tylko dla, aby zbudzić Cię z Twojego snu. Jego magiczne sztuczki to hipnoza, NLP (neurolingwistyczne programowanie), muzyka medytacyjna, tybetańskie gongi, pisanie po kontrolą, czyli tzw. *guided writing* oraz praca nad oddychaniem.

— Praca nad oddychaniem być może jest najpotężniejszym z dostępnych instrumentów — mówi Hite. Początkowo sam nauczył się oddychania od tybetańskiego nauczyciela jogi. Od tamtej pory zintegrował metodę tamtego nauczyciela z pracą nad oddechem stworzoną przez takich specjalistów jak Wilhelm Reich, Otto Rank, Stan Grof oraz terapeutka z Austin, Jacquie Small. Hite opracował również nowe metody, włączając w to użycie gongów w celu odczuwania głębszych wibracji w ciele podczas oddychania. Jego techniki oddychania są oczyszczające, a efekty widoczne natychmiast.

— Podam ci przykład — opowiada. — W Oddychaniu z Lustrem siedzisz naprzeciwko lustra z partnerem. Patrzysz na siebie w lustrze, jak bierzesz głębokie i długie oddechy, aż do przepony. Twój partner przygląda się twojej twarzy i ciału, żeby zobaczyć, czy zaczynają pojawiać się oznaki napięcia lub oporu.

Jeśli zauważy zmianę, zwraca ci na to uwagę. W efekcie oddychanie jest tak niesamowicie intensywne, że odblokowuje pamięć komórkową oraz otwiera drzwi uwięzionej energii, aby na nowo mogła krążyć. Możesz płakać, śmiać się, trząść, przypominać sobie wydarzenia, które ukształtowały twoje życie itp.

— Oddychanie z Lustrem ma ogromną moc — dodaje Hite. Wymyślił ten proces, żeby pomóc ludziom akceptować samych siebie. — Oddychanie z Lustrem pozwala ci doświadczyć prawdziwej samoakceptacji, a także uwolnić negatywne emocje.

Oddychanie jest wspaniałe, ale to chodzenie po ogniu jest TYM narzędziem, za pomocą którego Hite dokonuje przemiany.

— Ogień sprawia, że jesteś tu i teraz — mówi Hite. — Jest to współczesny rytuał przejścia, który zmienia twój stosunek do strachu.

Pokazał mi swoje kolorowe zdjęcia, na których widać go, jak stoi na rozżarzonych węglach i trzyma kilka z nich w dłoniach. Ani jego dłonie, ani stopy nie doznały poparzeń.

— Wszystko jest możliwe, jeśli trzymasz się swoich postanowień, pomimo strachu — wytłumaczył. — Trik polega na tym, żeby nie przejmować się tym, że pojawia się strach. To, co chcesz zrobić, to przekształcić strach w osobistą siłę poprzez pełen miłości stosunek z twoim wyższym bytem.

Richard lubi również zadawać pytania i opowiadać historie. Podobnie jak to czyni sławny hipnoterapeuta, Milton Erickson, Richard również patrzy na klienta, uśmiecha się i pyta: „jak możesz znieść swoje życie?" lub „jak wiele jesteś w stanie teraz znieść?".

— Zbyt wielu z nas boi się zaakceptować dobro — tłumaczy Hite. — Ludzie wierzą w to, że na nie nie zasługują i je odpychają. No i jak można to znosić? Świat cały czas obdarza nas darami. Czy przyjmujesz je?

Klientem numer jeden Richarda zawsze był on sam. Pracował nad sobą, odkąd jako nastolatek w Missouri zrozumiał, że był ofiarą wielu nadużyć w swoim dzieciństwie.

— Nie jest przypadkiem to, że wielu moich klientów próbuje poradzić sobie z kwestiami znęcania się — mówi Richard. — Łatwo jest mi się z nimi identyfikować. Sam miałem podobną historię.

Dwadzieścia lat doświadczenia w rozwoju osobistym oraz edukacja (Richard ma tytuł licencjata z edukacji oraz magistra z psychologii) pozwoliło mu opracować nowy system pomagający w leczeniu i samoświadomości. Nosi on nazwę K.E.Y.E.S. Program.

— Ten program przenosi cię na zupełnie nową płaszczyznę. Przenosi cię tak szybko i kompletnie, że nie jesteś w stanie przewidzieć, kim będziesz pod koniec,

ponieważ twoje przywidywania tworzy osoba, którą jesteś teraz. A to się zmieni!

Richard mówi, że Program K.E.Y.E.S. jest bezpiecznym, zintegrowanym i dokładnym sposobem, który pomaga odzyskać kontrolę, osiągnąć samorealizację, świetne wyniki oraz świadomość transpersonalną.

— Słowo K.E.Y.E.S. jest akronimem — tłumaczy Hite. — K to knowledge, czyli wiedza, ale również key, czyli klucz, oraz ki, czyli życiowa energia. E oznacza enlightement, to jest oświecenie. Y to joga lub jedność z wszelkim życiem. Kolejne E to empowerment i ecstasy, czyli odzyskanie kontroli i ekstaza. S zaś to spirit of the Self, czyli duch Ja, boski trzon twojego życia.

Ludzie, którzy brali udział w programie Hite'a (trwa 12 tygodni), zdołali poradzić sobie z takimi problemami jak palenie papierosów, bóle głowy, choroba stawu żuchwowo-skroniowego, bóle pleców, bóle klatki piersiowej, zespół napięcia przedmiesiączkowego i zapalenie stawów. Udało im się również podnieść z traumy, przełamać strach i gniew, a także odkryć nowe, lepsze sposoby na życie pełnią życia. Wiele osób zakończyło destrukcyjne związki i weszło w nowe, pełne miłości.

— Moim zadaniem jest jedynie odkryć w tobie i pomóc ci zaufać w swoją własną wiedzę — mówi Hite. — Ja tylko prowadzę cię przez twoje uczucia w stronę uzdrowienia. To ty wykonujesz całą tę pracę, nie ja. To, czego ja cię uczę to to, żebyś stworzył terapeu-

tyczną więź ze swoim boskim Ja. Chodzenie po rozżarzonych węglach jest sposobem zrobienia tego w mocny i niezapomniany sposób.

Hite zaprosił mnie na kolejną sesję chodzenia po ogniu. Wyczuł, że byłem zdecydowany, aby to zrobić, więc mogłem przyjść za darmo. Powiedział mi, że nie robi tego dla pieniędzy. Później zrozumiał też, że nie potrafi obchodzić się z pieniędzmi.

— Daj mi do poprowadzenia interes, a ja go totalnie pogrzebię — powiedział mi. Łatwiej było mu po prostu zapraszać ludzi za darmo. Nie potrafiłem się oprzeć tej propozycji. Chociaż chciałem.

Nawet nie jesteście w stanie wyobrazić sobie, jaki czułem strach. Chciałem się rozchorować albo żeby nagle coś mi się stało. Chciałem uniknąć chodzenia po ogniu. Zastanawiałem się, dlaczego to robię. Co mógłbym zrobić, żeby się stamtąd wyrwać? Po co w ogóle chodzić po OGNIU, na miłość boską? Czy nie mogłem zrobić czegoś prostego, na przykład przeczytać książkę? Albo obejrzeć film i rozwiązać test?

I w tym właśnie tkwi sens chodzenia po ogniu. Wzbudza strach, więc uczysz się sobie z nim radzić. Istnieje książka, która nosi tytuł *Feel the fear and do it anyway*[15]. Czułem strach, stojąc przed węglami. Ale wiedziałem, że i tak przejdę. Chodzenie po ogniu jest

15 „*Poczuj strach, ale zrób to i tak*” [przyp. tłum.].

więc sposobem na dogłębną przemianę Twojego stosunku do strachu. Ktoś kiedyś powiedział, że śmiałek, to tchórz, który mimo wszystko podjął działania. Tego dnia byłem odważny i przeszedłem po rozżarzonych węglach. Trzęsąc się w środku, pragnąc zwiać z tego miejsca, zdecydowałem, że mimo wszystko przejdę.

Oczywiście poparzyłem się. Ale to już dalsza część tej historii.

Na sprzedaż: cztery godziny

W jaki sposób można przejść po ogniu?

— Krok po kroku — powiedział Hite.

W chodzeniu po ogniu nie ma żadnych sekretów. Celem tej czynności jest to, żebyś poczuł strach, ale mimo to podjął działanie. Jednak wiele osób chodzących po ogniu wykorzystuje to, żeby sprzedać swoje przekonania. Myślę, że właśnie tutaj powstaje problem i wprowadzanie ludzi w błąd.

Tolly Burkan był magikiem i cyrkowcem. Częścią jego seminarium są magiczne sztuczki i rozmowy o iluzji. Twierdzi, że strach jest „Fałszywym Dowodem, Który Wydaje Się Prawdziwy” lub STRACHEM. Mówi rów-

nież o stwarzaniu swojej własnej rzeczywistości. Tolly jednak uległ wypadkowi samochodowemu i miał trudności z powrotem do zdrowia. Można by się dziwić, dlaczego stworzył dla siebie COŚ takiego.

Tony Robbins, pewnie najbardziej znany instruktor chodzenia po ogniu, rzekomo ukradł pomysł seminarium chodzenia po ogniu od Burkana i stworzył historyjkę o tym, jak nauczył się tego od hinduskiego guru. Robbins używa swojego seminarium do sprzedawania NLP, czyli sposobu opartego na zaawansowanej technologii, ale nieco dezorientującego, który ma zwracać baczną uwagę na sposób komunikowania się z ludźmi, tak aby, podobno, robili to, czego sobie życzysz.

Richard Hite jest bardziej uduchowiony. Używa chodzenia po rozżarzonych węglach, żeby sprzedać wewnętrzną drogę i miłość. Pamiętam, jak podczas seminarium mówił, że to miłość pozwalała przejść po ogniu. Kiedyś był instruktorem karate i powiedział, że pewnego razu był w szatni, a jego ręka automatycznie powędrowała w powietrze. „Przypadkowo" zablokował cios, który wymierzył w jego stronę młody chłopak.

— To była miłość — twierdzi Richard.

Czyżby? Mnie się wydaje, że był to szybki odruch osoby, która została wytrenowana, aby reagować w taki właśnie sposób. Ale nikt nie zadawał pytań do tego, co Hite sprzedawał.

Naukowcy używają chodzenia po ogniu, aby sprzedać swoje przekonania dotyczące nauki. Pamiętam, jak widziałem kiedyś naukowca, który się nazywał Johnny Carson. Chciał udowodnić, że chodzenie po ogniu to sztuczka. Stworzył swoje własne palenisko i przeszedł po nim. Ponieważ zrobił to bez szwanku, powiedział, że chodzenie po ogniu to kpina. Używał więc chodzenia po rozżarzonych węglach, aby sprzedać swoją wiarę w naturalne prawo, które utrzymuje stopy wilgotne, żeby się nie poparzyć.

Ale co NAPRAWDĘ dzieje się podczas chodzenia po ogniu?

Za kulisami

Ponieważ podczas seminarium poprzedzającego chodzenie po ogniu można powiedzieć niemal wszystko, więc samo seminarium nie ma znaczenia. Jeden z uczestników warsztatów chodzenia po ogniu, w których brałem udział, nigdy nie słyszał ani słowa o seminarium Hite'a. A mimo to przeszedł bez szwanku. Bez problemu potrafię sobie wyobrazić seminarium, gdzie prowadzący mówi do całej grupy: „NA PEWNO się poparzycie", po czym wszyscy przechodzą, niektórzy się parzą, a inni nie.

Ogień to ogień. Kropka. To, co o nim mówisz, odkrywa więcej o Tobie niż cokolwiek innego. Kiedy Robbins zachwyca się NLP podczas seminarium, oznacza to, że kocha NLP. Kiedy Hite opowiada o wewnętrznej ścieżce, zdradza, w co wierzy. Naukowiec mówiący, że prawo naturalne wytłumaczy wszystko, odkrywa coś, w co szczerze wierzy. Ogień staje się lustrem, które odkrywa Twoją prawdziwą twarz. Wobec ognia nie można kłamać. Jest on ostatecznym sprawdzianem prawdy.

Stałem naprzeciwko węgli i wiedziałem, że zaraz moja kolej. Ale poczułem żar od czerwonego paleniska i zrobiłem dwa kroki do tyłu. Przełknąłem ślinę. Patrzyłem na r-o-z-c-i-ą-g-a-j-ą-c-e się przede mną palenisko i myślałem o tym, żeby pobiec. Wziąłem kilka haustów powietrza, powiedziałem sobie, żebym to w końcu zrobił, i zacząłem iść zdecydowanym krokiem.

Pierwszy krok przypomina chodzenie po żwirze. Przy drugim kroku pojawia się uczucie chodzenia po połamanych skałach na ciepłej plaży. W tym momencie pomyślałem sobie, że powinienem się poparzyć i, oczywiście, poczułem pęcherz na mojej stopie. Krzyknąłem NIE do siebie samego i przeszedłem resztę paleniska bez żadnego uszczerbku na zdrowiu.

Facet po drugiej stronie paleniska odkręcił wąż z wodą i mogłem obmyć stopy z resztek węgielków. Mogłem wyczuć pęcherz. Moje stopy były gorące. Obolałe. Ale

nie zniszczone. Wiedziałem, że pęcherz, który powstał, był znakiem moich myśli, które wpłynęły na to, czego doświadczyłem. Pomyślałem, że powinienem się oparzyć i *viola*! Tak się stało!

Niektórzy dostali pęcherzy, inni nie. Jeden mężczyzna przed samym przejściem osunął się na ziemię i rozpłakał jak dziecko. Zbyt mocno się bał, żeby zrobić krok. Wszyscy podeszliśmy do niego i trzymaliśmy go, powtarzając, że wszystko jest w porządku i może równie dobrze przejść, jak i nie. Kiedy mieliśmy pójść do sali, gdzie odbywało się seminarium, ten sam mężczyzna uklęknął i obmył nasze stopy. Moich nie mył, ale widząc, że to robi, poczułem w sobie wielką siłę. Wyglądał prawie jak święty.

Większość osób, która przeszła, była niczym na haju. A nawet w ekstazie. Byli tacy szczęśliwi, tacy podnieceni, że to zrobili. Czuli strach, ale mimo to przeszli. Wydawało się, że jestem jedyną osobą, która nie uważała tego za coś wielkiego. Przeszedłem po ogniu, super. Co dalej?

Przez kilka dni byłem zawiedziony. Pęcherz na mojej stopie przypominał mi, że sam tworzę swoje doświadczenia, więc każdego dnia inaczej patrzyłem na różne wydarzenia i zastanawiałem się, jak je stworzyłem. Kilka dni później umówiłem się z Hite'em na lunch. Powiedziałem mu, że część warsztatów poświęcona na seminarium niezbyt mi pomogła. Robiła wrażenie mieszaniny dobranych na chybił trafił informacji

wrzuconych do jednego worka, które mogą pasować do wszystkiego i do niczego. Odpowiedział mi:

— Nie potrzebowałeś seminarium; potrzebowałeś ognia.

Dobra odpowiedź. Ogień sprawił, że byłem tu i teraz, co jest punktem wyjścia do kontroli nad każdą sytuacją. Ogień nauczył mnie też, że można odczuwać strach, a mimo to coś zrobić. Działać, pomimo uczuć, które mi towarzyszą. I za to jestem wdzięczny. Teraz mam lepszy stosunek do strachu. Poproszono mnie kiedyś, żebym zagrał na harmonijce przed ludźmi. Kiedy o tym myślę, pojawia się strach. Ale teraz potrafię sobie z tym poradzić. Jeśli potrafię przejść po palenisku pełnym rozżarzonych węgli, mogę pograć dla publiczności. I wiem, że moja publiczność nigdy nie zaserwuje mi pęcherza.

Dwa lata później

Minęły niemal dwa lata odkąd chodziłem po ogniu. Wczoraj zjadłem z Hite'em lunch. Zapytałem go:

— Jaki jest cel seminarium? Wydaje mi się, że możesz wykorzystać te cztery godziny, na co tylko chcesz.

— Cel jest taki, żeby ludzie odczuwali strach przez cały czas na różne sposoby.

— Po co?

— Żeby zaczęli się z nim czuć komfortowo. Żeby nauczyli się nie zwracać na niego uwagi.

Chodzenie po ogniu jest współczesnym rytuałem przejścia, takim odpowiednikiem dla yuppie, który uczy nas, jak odczuwać strach, ale mimo to działać. Być może najlepiej oddał to Michael Sky w swojej wspaniałej książce o chodzeniu po ogniu. Powiedział, że jeśli masz wyraźny zamiar i silną wiarę oraz wsparcie otoczenia, szala powodzenia przechyla się na twoją korzyść. W chodzeniu po rozżarzonych węglach człowiek zamierza przejść, uczy się wierzyć w to, że może to zrobić, a środowisko go do tego zachęca. Ale to, czy się poparzysz, czy nie, jest niemożliwe do przewidzenia.

— Gdyby chodzenie po ogniu nie było niebezpieczne, nie byłoby sensu tego robić — mówi Sky.

Ach, tak. Odczuwaj strach, ale mimo tego zrób to. Jest to podstawowa zasada sukcesu zarówno w życiu, jak i w chodzeniu po ogniu. Nie, nie zamierzam znowu tego robić. Jak dla mnie raz wystarczyło.

Jeśli chodzi o chodzenie boso po palenisku, zrobienie tego raz wystarczy dla każdego.

Rozdział Siódmy

Forum

Terapia Zen-Rodziny

lub

Uwalnianie przeszłości, żeby stworzyć przyszłość

Możesz trzymać jakiekolwiek wróżki w swoim ogrodzie, jakie tylko chcesz, byle byś pamiętał, że to ty je tam umieściłeś.

Ray Woollam, „On Choosing — With A Quiet Mind"

Jeśli chcę, mogę wyjść. Oto moja szansa. Zaczęło się trwające dwa weekendy Forum Erharda Wernera. Ed Gerowitz, lider podczas tego weekendu, mówi, że możemy wyjść i odzyskać całe $ 600, które zapłaciliśmy.

— Jeśli ktoś wywarł na was nacisk, żebyście tu byli — powiedział Ed — wyjdźcie w tej chwili.

Ja odczuwam presję, ale jest ona wewnętrzna. Nikt mnie nie straszył ani nie zmusił mnie do tego, żebym przyszedł. Tylko jedna osoba na 105 obecnych skorzystała z tej okazji.

Po tym rozpoczęło się Forum. Przez dwa najbliższe weekendy, od 9 rano do godzin nocnych, doświadczę nieznośnego strachu, bólów głowy tak silnych, że niemal rozsadzających czaszkę, rozczarowań, gniewu, łez, śmiechu, zrozumienia oraz przemożnej chęci opuszczenia tego miejsca. Gdybym wiedział o tym wszystkim pierwszego ranka, być może przyjąłbym ofertę Eda.

Od „est” aż do tego

Na początku było „est”, czyli *Erhard's Seminar Training*. Werner Erhard, który naprawdę nazywa się Jack Rosenberg, to były sprzedawca samochodów i poszukiwacz prawdy, który doświadczył czegoś niezwykłego, jadąc autostradą w Kalifornii. Wtedy nikt nie wiedział, przez co przeszedł Werner. Dzisiaj moglibyśmy powiedzieć, że doznał oświecenia, gdy w jakiś sposób zrozumiał (lub zaakceptował) to, w jaki sposób działa świat. Po tym wydarzeniu Werner stworzył nowy program seminarium o nazwie „est”.

„Est” to trwający przez dwa weekendy, skuteczny program i kontrowersyjne doświadczenie, które nazywane jest w różny sposób, od Zachodniego Zen, po pranie mózgu. Znany był z militarystycznego podejścia i surowych reguł (żadnych przerw, jedzenia, rozmów, opuszczania pomieszczenia). Każdy, kto wziął udział w tym kursie, coś z niego „wyniósł”, jak to mawiają w kręgu Wernera. Pomimo tych widocznie negatywnych cech, w przeciągu dwunastu lat „est” przyciągnął ponad 500 000 osób. W 1984 roku Werner wycofał „est”, a jego miejsce zajęło Forum, o wiele łagodniejsze, ale równie skuteczne, nowe, intensywne seminarium.

Weekend pierwszy: najniebezpieczniejszy człowiek

Ed Gerowitz, były psycholog dziecięcy, w pewien sposób przypomina mi mojego ojca. Może to przez ten duży nos. Być może chodzi o to, że Forum odkurza historie rodzinne, a każdy z uczestników miał dokonać przeniesienia osoby swojego ojca na lidera Forum, kimkolwiek był. Nie wiem. Kilka osób twierdziło, że Ed wyglądał i zachowywał się jak surowy sierżant (mój ojciec był sierżantem w piechocie morskiej).

Wszyscy zgadzaliśmy się co do tego, że jest silny, głośny, przekonujący i bezpośredni. Lubiliśmy go.

Przedstawiono nam podstawowe zasady Forum. Do łazienki wolno było wychodzić tylko podczas przerwy (co trzy godziny). Nie wolno jeść podczas przerw, oprócz wyznaczonego posiłku (ok. 7.30 rano). Każdy składał również obietnicę, że w czasie trwania Forum nie będzie pił alkoholu (łącznie z tygodniem pomiędzy dwoma weekendami) i brać żadnych leków (oprócz tych przepisanych przez lekarza). Oprócz tego nie wolno było mówić podczas przerw, chyba że ktoś nas wywoła, ale wtedy należało wstać i poczekać, aż asystent Forum przyniesie mikrofon. Nie musimy trzymać się tych zasad, ale poproszono nas, abyśmy obiecali, że będziemy ich przestrzegać. Powiedziano nam również, że jeśli opuścimy pomieszczenie nawet na dwie minuty, „mogą być rezultaty, ale nie macie prawa się ich spodziewać”. Nikt oczywiście nie wiedział, czym mają być te „rezultaty”.

Jedna z kobiet zapytała Eda, dlaczego w czasie Forum nie wolno robić notatek (kolejna zasada).

— Czy nie mówiłem, że nie wolno robić notatek? — zapytał Ed. Ale było to pytanie retoryczne. — Prosimy was, żebyście obiecali, że nie będziecie robić notatek; nie mówimy, że nie wolno wam ich robić.

Kilka z osób zrozumiało, o co chodzi. Ale nie jest to takie ważne. Nikt z nas tak naprawdę i tak nie chce notować.

Zasady i dotrzymanie obietnicy obejmuje ponad dwa tygodnie. Dlaczego? Domyślam się, że chodzi o to, żeby pokazać nam, jak bardzo jesteśmy nieodpowiedzialni. Zazwyczaj mówimy, że coś zrobimy, nie robimy tego, po czym wymyślamy wymówki, żeby się usprawiedliwić. Ed chce nam pokazać, jak „wyślizgujemy" się z naszych uzgodnień z nami samymi oraz innymi. Mimowolnie przypomina mi się kolega, który notorycznie ma problemy, jeśli chodzi o odpowiedzialność. Myślę, że mógłby się sporo nauczyć z tej części Forum. Jeśli chodzi o mnie, zaczyna mnie boleć głowa i czuję się znudzony.

Ed mówi o nudzie. Do każdej sytuacji wnoszę swoją szybę (że co?). Każdy z nas ma jakiegoś rodzaju „szybę", która maluje każdą scenę. Przypomina to patrzenie przez przydymione szkło i stwierdzenie, że świat jest zasnuty mgłą. A to przecież nie świat, tylko szkło. Niektórzy z nas mają „szyby", które mówią, że nasi rodzice nigdy nie są zadowoleni z tego, co robimy. Jedna z kobiet wstała, wzięła mikrofon i powiedziała, że jej ojciec nigdy nie jest z niej zadowolony, pomimo że jest odnoszącą sukcesy kobietą biznesu (większość uczestników to osoby, które osiągnęły sukces w ogólnie przyjętym tego słowa znaczeniu).

— Jesteś idiotką! — obwieścił Ed. Jesteśmy tym zdumieni. To coś bardziej konfrontacyjnego, niż się spodziewaliśmy. Czuję się teraz bardziej podenerwowany, ale również podniecony, tak jakbym oglądał rozgrywający się przed moimi oczami dramatyczny film.

— Mój ojciec nie jest ze mnie zadowolony — powtarza kobieta. Jestem zdziwiony tym, że jeszcze stoi, nie rusza się ani nie trzęsie czy też nie płacze (jak to by mogło być w moim przypadku).

— Jesteś idiotką! — powtarza Ed. — Twój ojciec jest z ciebie tak dumny, że nie może tego znieść. Może nie wiedzieć, jak to wyrazić, to wszystko.

— Nie znasz mojego ojca — sprzeciwia się kobieta.

— Ludzie są tak cholernie ślepi — mówi Ed swoim tubalnym głosem. — Jedyne, czego wasi rodzice zawsze dla was chcieli, to waszego szczęścia!

Ciarki przechodzą mi po plecach. Moje oczy robią się wilgotne. Stwierdzenie Eda uderzyło mnie prosto w serce. Nie widziałem swojej rodziny od dziewięciu lat. Pomimo że dzieli mnie od nich jeden lot samolotem, odmawiałem spotkań. Moje zgorzknienie dotyczące przeszłości i moja niechęć wybaczenia trzymały mnie z dala od rodziny. A teraz czuję się jak głupek. I zaczynam płakać. Tak samo jest ze stojącą kobietą.

— Czy wiecie, co robicie swoim rodzicom? — pyta Ed. — Trzymacie ich z dala od swojego szczęścia. Oni chcą,

żebyście byli szczęśliwi, a wy wszyscy jesteście takimi głupkami, że nawet nie mówicie im tego, co najbardziej chcą usłyszeć!

I tak dalej. Ed mówi nam, że jesteśmy tutaj, aby zrozumieć, co to znaczy „być istotą". Spędza wiele czasu na opisywaniu różnicy pomiędzy rzeczywistością a naszymi interpretacjami rzeczywistości. Dowiadujemy się, że „dopisujemy historię" do wszystkiego, co się wydarza, a nie doświadczamy samego wydarzenia. Większość z nas popada w większą zadumę niż kiedykolwiek w życiu. I większość z nas zaczyna czuć niezapomniane bóle głowy. Ludzie po kolei dzielą się ciemnymi sekretami ze swojego życia, a Ed słucha i komentuje. W jakiś sposób to dzielenie się i słuchanie tego, jak inni się dzielą, przynosi poczucie spokoju.

Kiedy zostajemy podzieleni na grupy po cztery osoby, mamy odpowiedzieć na przypominające Zen pytanie : „w którym miejscu w swoim życiu «przerzeczowiłeś»[16] swoje życie?". Nie znoszę absurdalności ukutego słowa i nielogiczności tego pytania. Ale zaraz rozpoznaję w nim zachodnią wersję koanu (pytania, na które nie da się odpowiedzieć), który ma za zadanie złamać szablon myślenia.

Później otrzymujemy równie niepokojące pytanie: „w którym miejscu w swoim życiu przekształciłeś piękno w podłogę?". Pomimo absurdalności pytań, potrafimy

[16] Ang. *thingified* [przyp. tłum.].

odpowiedzieć na nie w odkrywczy sposób. Jedna z kobiet zrozumiała, że „przerzeczowiła" swój związek i w rezultacie się rozpadł. Ja odkryłem, że widzę piękno w każdej osobie, ale często patrzę na nie jak na podłogę, ślepy na jej rzeczywistość.

Wieczorem pierwszego dnia Ed prosi nas, żebyśmy „wybrali jakiś problem, nad którym będziemy pracować, coś, co nie chce zniknąć, a gdyby zniknęło zrobiłoby wielką różnicę w waszym życiu". Ed oczekuje jednak czegoś więcej niż tylko zdawkowej nazwy problemu. Nie wystarczy powiedzieć „strach". Chce wiedzieć, jakie doznania fizyczne towarzyszą temu strachowi. Teraz mam już ból głowy, który rozsadza mi głowę. Chcę się stąd wydostać. Moje nogi aż same chodzą, tak bardzo chcę wybiec z sali. Nie wiem, czemu mam stawić czoła, ale wiem, że nie chcę tego robić. Jedyny powód, dla którego jeszcze siedzę, jest taki, że obiecałem, że zostanę.

Ed prowadzi nas przez, jak to nazywa, „ćwiczenie prawdy", gdzie należy się skupić na wybranym problemie. Ponieważ mój ból głowy jest przytłaczający, skupiam się na nim. Ed zadaje pytania, które pozwalają nam się skupić na naszej fizycznej istocie. To boli. Mój umysł chce pomyśleć o czymś przyjemnym. Ból jest straszliwy. Chcę umrzeć i mieć to z głowy. Ed nadal mówi, cały czas kieruje naszą uwagę na te doznania. Piętnaście minut później przestaje. Zauwa-

żam, że ból głowy wciąż mi dokucza, ale jest do zniesienia. Przeżyję.

— Jesteście przyzwyczajeni do uciekania od waszych problemów — mówi nam Ed. — Skupcie się na nich, a sprawicie, że znikną.

Znów nie bardzo rozumiem, co chce nam powiedzieć. Ale jest już późno, jesteśmy zmęczeni i zajęcia się kończą.

Niedziela przypomina dzień poprzedni. Ale Ed nagle zaczyna opowiadać o innych programach seminaryjnych dostępnych u Wernera Erharda i Partnerów. Większość z nas uważa, że ta otwarta reklama to strata naszego czasu. Ale Ed dalej dzieli się swoimi osobistymi doświadczeniami z niektórych programów i zaczynam rozumieć, jak silne potrafią być. Inne seminaria odbywają się raz w tygodniu przez dziesięć tygodni, za rozsądną cenę $ 80 każde. Są to przede wszystkim grupy wsparcia, które pomagają utrzymywać postępy oraz trzymać się obietnic dotyczących wprowadzania zmian w życie. Ed jednak spędza dwie godziny na omówieniu tych programów, a my wolelibyśmy zjeść obiad.

Najważniejsze ćwiczenie naszego pierwszego weekendu ma miejsce w niedzielę wieczorem. Dobieramy się w pary, a Ed każe nam patrzeć sobie w oczy.

— Zauważcie strach — mówi.

Ja go nie widzę.

— Jeśli nie czujecie strachu, wyobraźcie sobie, że wszyscy w tej sali czyhają na wasze życie.

Teraz odczuwam strach.

— Wyobraź sobie, że wszyscy w Houston chcą cię zabić — kontynuuje Ed. Strach powoduje, że skręca mnie w środku. Oczy mojej partnerki też są szeroko otwarte, bo odczuwa strach. Ed utrzymuje nas w strachu dłużej, niż mi się to wydaje zdrowe. Później następuje zmiana.

— Wyobraź sobie, że jesteś najniebezpieczniejszym człowiekiem — mówi Ed. — Twój partner się ciebie boi.

W tym ćwiczeniu czuję się lepiej.

— A teraz wyobraź sobie, że wszyscy na tej sali się ciebie boją, a później, że boją się ciebie wszyscy w Houston.

Pulsuje we mnie energia, kiedy zdaję sobie sprawę z tego, że mam moc, żeby uczynić, cokolwiek zechcę, bez obawy przed nikim.

Wszyscy zebrani w sali wydają się być bardziej ożywieni teraz. Wszyscy jesteśmy niebezpieczni. Nie oznacza to, że mamy zamiar kogoś zranić. Po prostu mamy kontrolę. Nie mamy się kogo bać.

Krótko po tym możemy się rozejść, ale mamy pamiętać o tym, żeby przez cały tydzień dotrzymywać obietnic. Wciąż boli mnie głowa i jestem zdezoriento-

wany. Ed powiedział, że powinniśmy się czuć tak, jakby ktoś nami potrząsł. Tak się czujemy. Mówię żonie, że czuję się jak złota rybka w kulistym akwarium pełnym wody. Tak jak większość ryb nigdy nie miałem okazji wyjrzeć za „szybę”. Doświadczenia z Forum można porównać do tego, jakby jedna rybka wpadła do mnie i powiedziała: „Jak ci się podoba w wodzie?”, a ja odpowiadam: „Jakiej wodzie?”, zaś rybka mówi: „Czy wychodziłeś kiedyś z wody?”, a ja na to: „Wychodzić? Wychodzić z czego?!”

Drugi weekend: znaczenie blizny

Roger Armstrong jest byłym pastorem i byłym kierownikiem w firmie. Pochodzi z Houston. W tym tygodniu przypadła mu rola lidera, ale większość z nas chce, żeby wrócił Ed. Roger jest mniej bezpośredni, nie wyraża się tak jasno i jest nieco łagodniejszy. Być może tak go postrzegamy, bo jest łysy i ma kilka kilogramów nadwagi. Ten weekend zaczynamy od dyskusji dotyczącej porównań i tego, jak uniemożliwiają nam doświadczanie rzeczywistości danej chwili.

Później Roger zauważa, że dwie osoby z naszej grupy są dzisiaj nieobecne. Chce wiedzieć, czy się tym przejmujemy. Większość z nas się nie przejmuje.

Nawet nie wiem, kim byli ci ludzie. Przypomina nam nasze obietnice i prosi o powstanie osób, które w jakiś sposób je złamały. Niemal wszyscy wstają.

— Sami widzicie — mówi Roger. — Wspieracie siebie wzajemnie poprzez nieudzielanie sobie wsparcia.

Usiedliśmy zawstydzeni.

Roger mówi o naszej przeszłości i mówi, że czeka nas intensywna praca. Mamy się dowiedzieć, co składa się „na istotę, którą jesteśmy".

— Jeśli nie macie na to ochoty — mówi — wyjdźcie teraz. Oddamy wam pieniądze, jeśli wyjdziecie teraz.

Nikt nie wychodzi.

W ciągu dnia mamy się zastanowić, czym jest nasza „konwersacja". Konwersacja jest czymś podobnym do „szyby" Eda; jest to nasz zaprogramowany sposób bycia, to, co czyni nas „nami". Jest kolejną Zen-poradą, która ma sprawić, że wyjdziemy poza siebie. Zauważam, że jestem konwersacją kontroli. Roger prosi, żebym powiedział:

— Jestem tym. Jestem konwersacją kontroli.

Robię to, ale czuję się raczej głupio. Inni są konwersacjami ofiar, posiadania racji, zależności.

Ludzie dzielą się swoimi historiami i wszyscy w jakiś sposób dowiadujemy się poprzez nie czegoś o sobie. Jedna z kobiet jako dziecko był prostytutką. Alfonsem

był jej ojciec. Uciekła od niego, gdy miała 16 lat. Teraz, 20 lat później, jest gotowa mu wybaczyć. Jej historia porusza nas wszystkich. Myślę sobie — skoro ona potrafi wybaczyć swojemu ojcu za zbrodnię przeciwko niej, dlaczego ja nie potrafię wybaczyć swojemu za jego zwykłą niesprawiedliwość?

Jeden z mężczyzn wstaje i mówi, że właśnie zdał sobie sprawę z tego, jak ogromną ofiarę ponieśli dla niego rodzice, gdy miał 16 lat. Zrobił „coś strasznego", gdy był nastolatkiem, a jego rodzina dobrowolnie skazała się na wysiedlenie i przeprowadziła się, żeby go chronić. Co takiego zrobił? Zabił kogoś? Roger zachęcał go, żeby się otworzył i zrzucił brzemię bolesnej tajemnicy. „Przyłapano mnie, jak się bawiłem w lekarza", zwierzył się. Dla niego była to bardzo ważna sprawa. Ale teraz, podzieliwszy się swoją historią, gotów był zadzwonić do swoich rodziców i podziękować im za okazaną miłość i wsparcie. Dla niego był to monumentalny krok. Znów wszyscy byliśmy poruszeni. Nasze bolesne tajemnice bolą nas bardziej z tego powodu, że są tajemnicami, niż za to, co skrywają. Podzielenie się tajemnicą uwalnia nas.

Roger mówi, że przeszłość nosimy ze sobą i cały czas ją odtwarzamy. Kobiety wychodzą za mężczyzn, którzy przypominają ich ojców, mężczyźni wybierają żony na podobieństwo swoich matek. Ludzie, którzy kilkakrotnie się rozwodzą, zawierają związki małżeńskiej z tym

samym typem ludzi. Jesteśmy niewolnikami swojej przeszłości.

Później Roger prosi nas, żebyśmy przypomnieli sobie chwile w naszym życiu, kiedy odczuwaliśmy fizyczny ból.

— Kiedy zdarzyło wam się złamać kość lub poranić skórę? — pyta.

Nie jest to przyjemne ćwiczenie. Ludzie przypominają sobie obrażenia z przeszłości. Jedna z kobiet mówi, że kiedy miała cztery latka dostała w głowę stołkiem do dojenia krów (jej ojciec był rolnikiem).

— Dobrze — mówi Roger.

Pamiętam, jak opowiadano mi o bliźnie na moim lewym ramieniu. Powstała, gdy miałem około roczku. Wsadziłem rękę do butelki z mlekiem i rozbiłem butelkę. Ale świadomie nie potrafiłem sobie tego przypomnieć.

— To nieistotne, jeśli nie możecie przypomnieć sobie danego zdarzenia — tłumaczy Roger. — Jeśli poczuliście ból i straciliście przytomność, wasza „konwersacja" użyła tego, żeby podjąć decyzje dotyczące waszego życia.

Poproszono nas, żebyśmy sobie przypomnieli czas, kiedy czuliśmy szok lub stratę. Wiele osób miało przyjaciół, którzy zmarli w wyniku samobójstwa. Łatwo przypominam sobie pierwszą nieżywą osobę,

którą w życiu widziałem. Była to moja babcia, miałem jakieś 10 lat. Nawet teraz pamiętam szok i niezrozumienie wywołane tym doświadczeniem.

Roger pomaga nam się przyjrzeć bolesnym wspomnieniom w sposób, który ma nas od nich uwolnić. Dzielimy się na grupy po cztery osoby i dyskutujemy na temat wydarzeń z przeszłości oraz tego, co mogły one oznaczać. Jestem zdumiony tym, że nagle odkrywam, że blizna na moim ramieniu ma jakieś znaczenie. Kiedy zdarzył się wypadek, moi rodzice wezwali lekarza rodzinnego. Lekarz przyjechał do nas (wtedy tak było) i spojrzał na moją ranę. Moja mama schowała się w drugim pokoju. Ojciec przytrzymywał mnie, gdy lekarz zszywał rozcięcie. A ja nie płakałem (tak twierdzą rodzice). Co to mogło oznaczać? Kiedy mówię o swojej rodzinie, rzadko wspominam o matce — zupełnie tak jakby jej nie było w pokoju! Zawsze gdy mówię o ojcu, pojawia się on w kontekście bólu. Zrozumienie znaczenia tej blizny pozwoliło mi zacząć postrzegać rodziców w inny sposób.

W niedzielę Roger spędza wiele godzin (tak, godzin), opowiadając o innych dostępnych seminariach. Znowu to samo, myślę sobie. Jeden z mężczyzn wstaje, bierze mikrofon i mówi, że to reklamowanie to strata naszego czasu. Roger bez strachu przed konfrontacją krzyczy do nas wszystkich:

— Jesteście tacy przekonani o swojej słuszności! Pozwalacie, żeby warte miliony dolarów reklamy wci-

skały wam narkotyki, wódę i papierosy — rzeczy, które zabijają was i waszych bliskich, a narzekacie na seminarium za $ 80, które może was uratować!

Uderzyła mnie prawda tego stwierdzenia. Myślałem, że zwalę się na ziemię, tu i teraz. Roger miał rację. Narzekamy na reklamowanie Forum, pozwalając jednocześnie na destrukcję naszego świata. Od tamtej pory inaczej podchodziłem do kwestii promocji na Forum.

O późnych godzinach w niedzielę Roger przekazuje nam przesłanie Forum, które trudno oddać na papierze.

— Wszyscy jesteście maszynami — powiedział. — Nie macie wyboru, musicie postępować tak, jak postępujecie. Nie jesteście lepsi od robotów.

Później dodał już nieco bardziej melancholijnie:

— Nic się nie liczy w życiu. Zupełnie nic.

Kilka osób wstaje i się sprzeciwia, ale przekaz jest wyraźny — jesteśmy maszynami i nie mamy żadnej wolności. Nawet ludzie, którzy stoją i sprzeczają się z Rogerem, robią tak, ponieważ tak zostali zaprogramowani.

Jestem przygnębiony. I zniechęcony. Nie dlatego, że nic się nie liczy i jestem robotem, ale dlatego, że słyszałem już to przesłanie. Przeszedłem przez 60 godzin intensywnej pracy, poświęciłem dwa weekendy

i $ 600, przeżyłem rozsadzający skronie ból głowy — wszystko po to, żeby usłyszeć to, co już wiem!

Kiedy dobraliśmy się w małe grupy, podzieliłem się swoim uczuciem nieszczęścia. Pozostałe osoby milczały i czuły się zdezorientowane.

— Jeśli nic się nie liczy — powiedziała jedna z uczestniczek w mojej grupie — to co mamy robić?

— Możesz robić to, co chcesz — odpowiedziałem. — Jesteś wolna.

Zrozumiała to, co chciałem jej powiedzieć.— To tobie powinnam oddać te $ 600 — powiedziała.

Kiedy usadowiliśmy się z powrotem na swoich miejscach, Roger zaczął wyjaśniać różnicę pomiędzy osobą oświeconą a nieoświeconą.

— Normalnie wstajesz rano, ubierasz się, idziesz do pracy i zajmujesz się swoimi sprawami — powiedział. — Ale teraz, kiedy jesteście oświeceni, wstaniecie rano, ubierzecie się, pójdziecie do pracy i zajmiecie się swoimi sprawami.

Powiedział również, że teraz, gdy już wiemy, jaka jest nasza konwersacja i gdy wiemy już, że nie mamy wyboru, ponieważ jesteśmy zaprogramowani, możemy sami wybrać swoją przyszłość. To jest jak wyjście z maszyny (lub kulistego akwarium) i obejrzenie się do tyłu. Teraz wiemy, że mamy wybór.

Większość pozostałej części dnia zostaje poświęcona innym seminariom i mocy naszej obietnicy.

— Postanów coś, a to zrobisz — mówi Roger. — Tak właśnie zrobił John F. Kennedy, gdy powiedział, że człowiek wyląduje na Księżycu. Obiecał, że zrobi coś, co w chwili, gdy to obiecywał, było nierozsądne. Ale w końcu do tego doprowadził.

Absolutorium: wasze następne seminarium

We wtorkowy wieczór ja i około setki innych uczestników Forum przyjechaliśmy z setką gości. Kiedy my „kończymy" Forum, nasi goście zapraszani są do kilku mniejszych pomieszczeń, aby zapisać się na kolejne.

Podczas zakończenia otrzymujemy silną zachętę, aby skorzystać z innych seminariów. Wykonujemy również ćwiczenie, w którym rozmawiamy z inną osobą, udając, że jest ona naszą matką, ojcem lub inną bliską osobą. Większość z nas nie obeszła się bez chusteczek. Oglądamy również stary film pod tytułem *I Used To Be Different But Now I'm The Same* o sześciodniowych warsztatach Erharda w Kalifornii.

Otrzymujemy również przesłanie, że gdy kiedykolwiek się w życiu załamiemy, powinniśmy skupić się na naszym postanowieniu i zrobić coś, co je podeprze. Jeśli moją obietnicą jest dojechać do klienta, a zepsuje mi się samochód, moim kolejny ruchem powinno być zrobienie czegoś, co pozwoli mi się do tego klienta dostać.

Pod koniec wieczoru zaskakuje mnie wiadomość, że moja żona zapisała się na następne Forum. To był mały cud, że przyszła na mowę otwierającą. Jestem zszokowany tym, że weźmie udział w następnym Forum. Najwyraźniej usłyszała lub zobaczyła coś, co ją zaintrygowało. Dwa dni później powiedziała mi, że dwójka przyjaciół z pracy weźmie udział w Forum razem z nią!

Nie to

Co takiego jest w Forum, co przyciąga tylu ludzi? Ludzie Erharda się nie reklamują. Każdy przychodzi za sprawą zaproszenia przyjaciela. A Forum nie udaje, że pełni funkcję terapeutyczną. To, co obiecuje, to „przełom w osobistej skuteczności".

Uważam, że Forum jest narzędziem silnym, ale tajemniczym. Częściowo jest to terapia, częściowo

Zen, częściowo wydarzenie prowadzone przez niedoświadczonego lidera, a w dużej mierze unikatowe doświadczenie. Forum robi porządek z przeszłością, żebyśmy mogli skupić się na teraźniejszości. A ona jest punktem wyjścia do stwarzania takiej przyszłości, jakiej chcemy.

Czym jest Forum? Koniec końców, nie wiem. Na filmie, który oglądaliśmy we wtorek, trener sześciodniowego programu powiedział, że sloganem programu powinno być „nie to". Nie da się opisać tego sześciodniowego doświadczenia, ponieważ cokolwiek wymyślimy, i tak będzie to „nie to". Cokolwiek powiemy o seminarium, będzie tylko opisem, a nie nim samym.

Cokolwiek powiemy o Forum, będzie to „nie to".

Refleksje

Wziąłem udział w Forum rok temu. Co teraz o nim sądzę? Cieszę się, że wziąłem w nim udział, ale nie zrobiłbym tego drugi raz. I nie jestem pewien, czy poleciłbym je Tobie ani komukolwiek innemu.

Po pierwsze, istnieje pewien bałagan w sposobie, w jaki seminarium jest prowadzone. To, co człowiek

wyniesie z tych sześćdziesięciu kilku godzin, jest nie do przewidzenia. Pamiętam, jak Ed Gerowitz mówił:

— Biorę jedną aspirynę dziennie.

Dlaczego miałby nam mówić coś TAKIEGO? Jest to właśnie przykład tego, jak na Forum chaotycznie przeskakuje się z tematu na temat, który może być dla Ciebie wartościowy lub nie. Jak dla mnie, Forum za bardzo przypomina wypuszczanie strzał w ciemnym pokoju do nieznanego celu. Jasne, ustrzelisz coś. Strzała musi GDZIEŚ wylądować. Ale czy będzie to warte $ 600 i cały poświęcony czas? Kto wie?

Po drugie, w programie za dużo jest sprzedawania. Dobrze ponad 60% Forum poświęcone jest sprzedaży innych seminariów Erharda. Erhard stawia na umacnianie. Chce, żebyście do niego wracali. Z jednej strony jest to tego warte, ponieważ wydajesz pieniądze w sposób praktyczny (to lepsze niż np. kupowanie papierosów). Ale z drugiej strony jest to ogromna strata. Gdyby Erhard chciał, mógłby przekazać treść WSZYSTKICH swoich kursów na Forum. Ale to byłoby za proste. I niezbyt zyskowne.

Po trzecie, Forum przypomina operację przeprowadzaną zardzewiałym skalpelem. Trochę Ci ulży, ale operacja może sprawić Ci więcej bólu niż wcześniejsze cierpienie. Wyniosłem z Forum umiejętność silnego skupiania się na wynikach. Oni chcą, żebyś coś

ZROBIŁ. DZIAŁAŁ. OSIĄGNĄŁ. A jeśli masz jakieś wymówki, powiedzą „PO PROSTU ZBRÓB TO!”. Nie ma tam miejsca na miłość i akceptację. Albo może raczej to, co dostajesz, można nazwać „szorstką miłością”, ponieważ są autorytarni i chcą, żebyś zrobił coś, co jest w Twoim najlepszym interesie. Uważam jednak, że taki rodzaj uzdrawiania jest prymitywny. Zauważyłem, że ludzie, którzy biorą udział w Forum, bardzo mocno uzależniają się od Erharda. Jest w nich pewna powściągliwość. Tak jakby byli skupieni na samym procesie, bez wkładania w to serca. Jak dla mnie — jest to przykre.

Forum JEST wartościowe pod tym względem, że odkrywamy, że wszyscy mamy coś wspólnego. Dzieląc się swoimi doświadczeniami, uczymy się, że jesteśmy do siebie bardzo podobni. Program rzeczywiście pozwala oderwać się od przeszłości, żebyśmy mogli się skupić na teraźniejszości. Ale sposób, w jaki seminarium jest prowadzone, moim zdaniem, nie jest zbyt przemyślany. Pochłania za dużo czasu oraz pełno w nim dezorientacji i chaosu.

Takie przynajmniej jest moje zdanie. Można wziąć udział w darmowym wstępie do Forum w każdym większym mieście w Stanach. Przygotujcie się na wielką podpuchę. Ludzie Erharda to wytrawni sprzedawcy. I wierzą w swój produkt. Jeśli już pójdziecie, przygotujcie się na to, że albo zgodzicie się wziąć

udział w Forum, albo powiecie mocne, zdecydowane NIE! Najmniejsze wahanie zostanie wykorzystane na zalanie Was marketingowymi sloganami.

Rozdział Ósmy

Twoje ciało mówi to, co myśli

Gdzie jest Twój umysł?

Czasami jedno z dłuższych zajęć pisania zaczynam od tego pytania. Padają przeróżne odpowiedzi. Na początku moi uczniowie patrzyli na mnie i zastanawiali się, co knuję.

— Czy to nie jest oczywiste? — zdawali się myśleć. — Umysł jest w GŁOWIE?

Czy to nie jest oczywiste? A jak TY uważasz? Gdzie jest TWÓJ umysł?

Ponieważ większość naszych zmysłów na swój ośrodek w głowie albo jest rejestrowanych w głowie, zazwyczaj myślimy, że nasz umysł też ma tam swoją siedzibę. Są tam Twoje oczy, nos, usta, uszy. Kiedy dotykasz czegoś dłońmi, mózg rejestruje dotyk. Czy więc tam znajduje się Twój umysł?

Ktoś na moich zajęciach stwierdza rzecz oczywistą:

— Umysł mieści się w głowie.

— Czyżby? — pytam.

Niewątpliwie ktoś zaraz powie:

— Nie, umysł znajduje się w okolicy serca.

— Co masz na myśli? — pytam.

— Mistrzowie Zen — zaczyna ktoś tłumaczyć — mówią, że ich myśli płyną z hara, albo inaczej z okolicy żołądka. Więc może umysł jest tam.

— Bzdura! — odpowiada ktoś inny. — To nonsens. Mój umysł nie jest w MOIM żołądku!

Jeśli grupa jest wystarczająco duża, ktoś w końcu powie:

— Umysł jest tam, gdzie go umieścisz.

— Możecie skierować swoją uwagę wszędzie — wyjaśniam. — Ale gdzie fizycznie mieści się umysł w ciele?

— Pewno w mózgu! — ktoś mówi. Zazwyczaj jest to starszy mężczyzna. — Na bank!

— Czy wszyscy się zgadzają?

Nie. Jeśli w grupie znajduje się jakiś nastolatek, dyskusja zazwyczaj nabiera kolorów. Z jakiegoś powodu nastolatkowie są bardziej otwarci i świadomi. Uwielbiam ich. Jeden powiedział ostatnio:

— Twój umysł może być częścią większego umysłu, czegoś w stylu wielkiego kosmicznego umysłu, a to oznacza, że twój umysł wcale nie jest w twoim ciele.

— Matka Ziemia to nasza wielka Mamuśka — mógłby stwierdzić inny nastolatek. — My jesteśmy tylko jej komórkami. Ona jest umysłem, nie my.

— O, matko… — zrzędzą starsze osoby w grupie.

Kiedy dyskusja trwa już na tyle długo, że każdy wyraził swój pogląd i wszyscy widzą, że nie ma ostatecznych odpowiedzi, dopiero wtedy mogę wyrazić SWOJE przekonania. A ponieważ jestem nauczycielem, pozostali słuchają.

— Wierzę w to, że każdy z nas ma trzy poziomy umysłu — mówię wszystkim. — Mamy świadomy umysł, nieświadomość i nieświadomość zbiorową. Każdy z was ma właściwie rację.

— Daj spokój — mówią starsi. — Nie możemy WSZYSCY mieć racji!

Niemal odpowiadam, że akurat ta osoba się myli, ale gryzę się w język.

— Wasz świadomy umysł to ten, z którego korzystacie w tej chwili — tłumaczę dalej. — Gadanie w waszej głowie, które słyszycie, to wasz świadomy umysł. To jest myślenie i je słyszycie.

— Pod tym znajduje się wasz osobisty nieświadomy umysł — objaśniam dalej. — Jest głębiej i trudniej się tam dostać. Przechowuje informacje dotyczące wszystkiego, co zrobiliście, zobaczyliście, usłyszeliście albo w jakiś sposób doznaliście lub doświadczyliście.

— A jeszcze pod tym znajduje się nieświadomość zbiorowa — mówię. — Jest to połączenie pomiędzy nami wszystkimi i wszystkimi rzeczami.

— Więc gdzie jest nasz umysł? — ktoś pyta.

— Świadomy umysł znajduje się w mózgu, wasza nieświadomość w ciele, zaś WY sami jesteście zbiorową nieświadomością.

— Że jak? — pyta ktoś.

— A co to ma wspólnego z pisaniem? — pyta ktoś inny.

— Nie rozumiem! — dodaje inna osoba.

— Słuchajcie — zaczynam nieco podenerwowany. — Wiecie już, jak używać świadomego umysłu. Używacie go teraz. Chcę, żebyście teraz spróbowali użyć swojej osobistej nieświadomości, ponieważ to tam przechowujecie najważniejsze historie.

— Czyli moja przeszłość jest w moim ciele? — pyta nastolatek.

— Otóż to!

— Łał! — wykrzyknęła większość grupy.

— Bzdura! — wykrzykuje facet. — Mój umysł nie jest w moim ciele.

W takim razie decyduję się zobrazować to za pomocą historyjki.

— Kilka lat temu miałem sesję Rolfingu…

— Co takiego?

— Sesję Rolfingu. Jest to masaż tkanki wewnętrznej. Leżysz na stole, a ktoś bardzo silnymi dłońmi „prasuje” ci mięśnie.

— Aha.

— Podczas tego masażu — kontynuowałem — zacząłem przypominać sobie rzeczy, o których już dawno zapomniałem. Kiedy rolfer zajmował się wewnętrzną częścią moich ud, przypomniało mi się, jak miałem jakieś cztery czy pięć lat, próbowałem wspiąć się na drzewo i spadłem z niego. To tak, jakby moje CIAŁO przechowywało wspomnienia, a rolfer uwalniał je podczas masażu.

— Łał! — wykrzyknęli niektórzy.

— Bzdura — stwierdza starszy człowiek wyłamując się z grupy. — To nie oznacza, że pamięć jest w ciele.

— Być może nie — odpowiadam. — Ale ja i moja grupa mówimy, że tak jest!

Wszyscy zaczynają się śmiać. Wiedzą, że tylko sobie żartuję.

— Jeśli moje ciało jest moim nieświadomym umysłem, co mi po tej wiedzy? — pyta nastolatek.

— Świetne pytanie! — wykrzykuję. — Jako pisarz możesz wykorzystać mądrość swojego ciała, aby pisać mocne historie. Jako osoba szukająca przemiany,

możesz zwracać uwagę na swoje ciało i uwalniać uwięzione w nim wspomnienia. Kiedy oczyszczasz swoje ciało, oczyszczasz umysł i vice versa.

— Rozumiem! — odpowiada uczeń, a jego oczy zdradzają ożywienie. — Być może chodzę w konkretny sposób lub zachowuję się w dziwny sposób, ponieważ moje ciało coś przechowuje, co tak naprawdę oznacza, że mój UMYSŁ to przechowuje, a widać to w moim ciele.

— Załapałeś! — odpowiadam.

— Jak więc mamy uwolnić swój nieświadomy umysł od tego, co przechowuje nasze ciało?

— Na chwilę obecną znam cztery sposoby — wyjaśniam. — Po pierwsze, możecie spróbować wolnego pisania w dowolnej formie, gdzie należy zwracać uwagę na uczucia i pisać o tym, co się odczuwa w sobie. Po drugie, możecie ćwiczyć jogę, która pozwala rozluźnić umysł i go oczyścić. Po trzecie, możecie wziąć udział w Procesie *Option*— , aby zidentyfikować przekonania, które wywołują te uczucia. Po czwarte, możecie spróbować nowej techniki samopomocy zwanej *Focusing*— (Skupienie). Myślę, że Skupienie wzmacnia działanie innych metod, więc mu się przyjrzyjmy.

— Okej — odpowiada większość grupy.

Skupienie

Czy kiedykolwiek zastanawiałeś się, dlaczego terapia nie działa?

Eugene Gendlin się zastanawiał. Był naukowcem psychologiem na Uniwersytecie w Chicago. Przypadło mu wspaniałe zadanie odpowiedzi na to pytanie. Przesłuchał setki nagrań z sesji terapeutycznych, aż w końcu zauważył, co się dzieje. Gendlin odkrył, że skuteczna terapia nie zależy od samej terapii czy terapeuty, ale od czegoś, co pacjent sam zrobi w swoim wnętrzu w czasie sesji.

Gendlin odkrył, że pacjenci, których terapia zakończyła się sukcesem, zwracali uwagę na swoje ciała w wyjątkowy sposób. Nie tylko myśleli o sesji, nie tylko robili to, co sugerował terapeuta. Ci pacjenci zwracali się w stronę swoich ciał, żeby odczytać, co czują wobec problemów, z którymi zdecydowali się zmierzyć. Ten sposób słuchania, czy skupiania się na problemie, ułatwił zmianę.

Gendlin zawęził ten sposób słuchania do kilku prostych kroków i od lat 70. uczy ich poprzez nową formę terapii. Napisał o tym w swojej znanej książce pt. *Focusing*. Później zastosował tę metodę w interpretacji snów i napisał o tym w książce zatytułowanej *Let Your Body Interpret Your Dreams*. Zaadaptowałem metodę Gendlina do prowadzenia moich zajęć o pisaniu i obec-

nie piszę książkę, która nosi roboczy tytuł *Writing For Transformation*.

Poniżej, bardzo pobieżnie, zostały przedstawione kroki Skupiania:

1. Skład tego, co mieści się w Twoim umyśle.
2. Wybierz jedną kwestię, nad którą będziesz pracować.
3. Poradź sobie z uczuciami, które wywołuje w Tobie ten problem.
4. Bądź cierpliwy.

W skrócie Skupianie polega na tym, aby zajmować się problemem, aż przemówi on poprzez Twoje ciało. Już wyjaśniam. Zazwyczaj myślimy O problemach, ale nigdy ich w pełni nie ODCZUWAMY. Skupianie się jest jak medytacja. Zachęca nas do tego, żebyśmy zwolnili i „posiedzieli" z problemem. Jeśli będziesz delikatny i cierpliwy, problem może się przed Tobą otworzyć i do Ciebie „przemówić". Kiedy tak zrobi, poczujesz uwolnienie, przesunięcie, uzdrowienie.

Użyjmy jednej z metafor Gendlina: wyobraź sobie, że jedziesz w podróż. Właśnie wsiadłeś do samolotu i usadowiłeś się na swoim miejscu. Ale nie możesz sobie przypomnieć, o czym zapomniałeś. Wiesz, że coś jest nie tak, czujesz to, ale nie jesteś pewien, co to jest. Czujesz rosnące napięcie, kiedy zaczynasz przeszuki-

wanie umysłu. „Mój portfel? Nie, mam go. A może bilet? Nie, też mam. Bagaż? Nie, jest tutaj”. I nagle — ach tak! — szybko sobie przypominasz, że zapomniałeś szczoteczki do zębw! Kiedy już wiesz, czego zapomniałeś, Twoje ciało rozluźnia się, odzyskujesz jasność umysłu i wszystko jest w porządku. Nadal nie masz swojej szczoteczki do zębów, ale doświadczyłeś przesunięcia całej sytuacji na inną płaszczyznę i czujesz się lepiej.

To jest Skupianie.

Oto mój osobisty przykład: po tym, jak nauczyłem się Skupiania (z książki Gendlina, artykułów naukowych i jego serii kaset), zdecydowałem, że wypróbuję to na czymś innym. Był sobotni poranek, a przede mną stało wiele możliwości spędzenia go. Postanowiłem, że będzie mnie prowadzić moje ciało. Byłem pełen obaw, kiedy rozpocząłem ten proces, ale usiadłem i dałem swojemu ciału trochę czasu. Słuchanie swojego umysłu jest jak siedzenie z nieśmiałym dzieckiem. Krzyk, agresja i dominacja nie zadziała. Musisz siedzieć cichutko i w pełen zrozumienia sposób czekać, aż się odezwie. Czasami się odezwie, a czasami nie. Musisz być przygotowany na zaakceptowanie czegokolwiek — nawet milczenia.

Po chwili poczułem coś w swoim ciele — coś w stylu „aha!”, które pojawia się, gdy wpadniemy na nowy pomysł — i wiedziałem, że chcę pójść zmienić opony w swoim samochodzie.

Zmienić opony w samochodzie? Brzmi jak dosyć dziwna zachcianka ciała. Mogłem zaprotestować za pomocą swojego świadomego umysłu. Ale w jakiś sposób wydawało mi się to słuszne, aby zadbać o samochód. Więc tak zrobiłem. Na zawsze zapamiętałem też to wydarzenie z powodu jasności celu oraz pozytywnych uczuć. To tak, jakbym posłuchał głębszej części siebie, mądrzejszej części i dzięki temu dobrze na tym wyszedł.

To też jest Skupianie.

Oto jeszcze jeden przykład: nie zawsze czuję się komfortowo, przemawiając do grupy ludzi. Ponieważ jest to strach numer jeden Ameryki, myślę, że amerykański czytelnik też go podziela. Pamiętam, jak pewnego wieczoru, na chwilę przez zajęciami, które miałem poprowadzić, skręcało mnie od środka z nerwów. Zdecydowałem, że usiądę i spróbuję Skupiania.

Pozwoliłem sobie na pełne odczuwanie ogarniających mnie obaw. I kiedy poczułem je w swoim ciele, pozwoliłem mu przemówić. Oczyściłem umysł. Czekałem. Po około minucie naszło mnie słowo. Wypłynęło gdzieś ze mnie i wiedziałem, że jest dobre.

Niestety, nie mogę sobie przypomnieć tego słowa. Ale wyraźnie pamiętam, że poczułem się lepiej. Lżejszy. Szczęśliwszy. Silniejszy. Gotów ruszyć przed siebie i poprowadzić zajęcia. Pozwolenie, aby strach do mnie przemówił, umożliwiło mi się go pozbyć. Od tej chwili byłem gotów poprowadzić zajęcia. I tak zrobiłem!

Pomimo mojej fascynacji Skupianiem, mam pewne obawy co do tej metody. Po pierwsze, nacisk kładzie się na ciało, a fakt, że umysł stworzył ciało, jest zapominany. To znaczy, że Twoje przekonania stworzyły Twoje ciało. Zmień swoje wierzenia, a zmienisz swoje ciało. Jeśli w Twoim ciele przechowywane jest wspomnienie, jak spadałeś z drzewa, mając trzy latka, są tam dlatego, że w chwili tego wydarzenia, powstały jakieś przekonania.

Skupianie ma inny kierunek. Mówi: „słuchaj swojego ciała, a je uwolnisz". Jest to jak stare pytanie — co było pierwsze? Jajko czy kura?

Czy ma to jakieś znaczenie?

Milton Ward

Pomimo że Milton Ward nigdy nie próbował Skupiania, a nawet o nim nie słyszał, dopóki mu o tym nie powiedziałem, jego unikalne połączenie jogi i świadomości ciała wydaje się być zbliżone do metody Gendlina.

— Moje książki to zmora — powiedział mi Milton Ward, kiedy jedliśmy zupę *miso*. Byliśmy w Nowym

Jorku, gdzie zabrał mnie na lunch do sławnego New York Open Center, w którym Ward i inni nauczyciele przedstawili ludziom swoje nowe pomysły.

— Moja książka chce, żebym ją pisał na najbliższym skrawku papieru, zazwyczaj o czwartej nad ranem. To, co piszę, bardziej odzwierciedla moje uczucia niż przemyślenia.

To by pasowało. Milton Ward, który ma teraz 71 lat (i cieszy się świetnym zdrowiem), słuchał swoich „instynktownych uczuć", jak je nazywa, przez kilkadziesiąt lat. Jest autorem kilku sztuk teatralnych oraz sześciu książek, z których największą sławę zyskała *The Brilliant Function of Pain*. W owej książce tłumaczy, że ból to dar, „przewodnik jogi", który pozwala nam wrócić z powrotem do naszych naturalnych „ja".

Milton jest założycielem i prezesem Milton Hood Ward Fund Campaign Company w Nowym Jorku. W przeciągu ostatnich trzydziestu lat pracował przy zbieraniu funduszy dla rządu, wielkich korporacji, Integral Yoga Institute, Kripalu Center oraz centrum Elisabeth Kübler-Ross w Head Waters, w stanie Virginia. Ostatnio założył The Instinctual Consciousness Institute, aby pomóc ludziom „powrócić do czystego uczucia niezmąconego przez umysł".

— Byłem członkiem wielu grup ruchu *New Age* — powiedział mi Ward. — Widziałem, jak wschodnia filozofia staje czymś ważnym na Zachodzie. Ale ruch

został wykorzystany. Straciliśmy część naszej mądrości opartej na otwartym sercu, naszej naturalnej wszechwiedzy.

Nie zawsze rozumiem Warda, ale lubiłem przebywać w jego towarzystwie. Jego cisza, łagodność, szczery uśmiech zawsze sprawiały, że czułem się dobrze. Było w jego zaufaniu wobec wzlotów i upadków wszechświata coś, co sprawiało, że czułem przy nim odprężenie.

Ward urodził się w Bronksie w 1917 roku, a jego rodzice byli rosyjskimi żydami (jego ojciec znał Lenina). Swoją głęboką wiarę Ward przypisuje niedualistycznej filozofii Wschodu oraz żydowskiej Kabale. Jest bardzo uduchowioną osobą, która wierzy w cichą moc „pozbawionego myśli, intuicyjnego czucia".

— Uważam, że staramy się siebie zorganizować i zracjonalizować aż do upadłego, aż do stężenia pośmiertnego — powiedział Ward. — Pozwalamy naszym umysłom próbować kontrolować wszystko, podczas gdy to jest niemożliwe.

Dlatego też nasze związki się nie udają.

„Bardziej myślimy o miłości, niż czujemy miłość" — pisze Ward w swojej ostatniej książce *Feeling-Love*. „Blokujemy i zniekształcamy nasze czyste uczucia swoimi umysłami".

Ward otwarcie przyznał, że napisał tę książkę, ponieważ kiedyś zachęcałem go do napisania autobiografii.

Ale tak naprawdę Ward napisał Feeling-Love z powodu mieszaniny miłości i nienawiści. Miłości dla uczucia-miłości w każdym z nas oraz nienawiści dla faktu, że trzy na pięć małżeństw kończy się rozwodem. W Feeling-Love, autobiograficznej książce napisanej z wielką pasją, Ward dzieli się sekretami tantry, które pozwolą nam poczuć naszą skupioną, instynktowną, czystą miłość — nasz „język świadomości". Książka podzielona jest na pięć części i łagodnie prowadzi czytelników do odzyskania zdolności odczuwania autentycznej miłości.

— Psychologowie mówią nam, żebyśmy wierzyli swoim uczuciom — tłumaczył mi Ward. — Ale nie wiemy, jak odczuwać nasze uczucia. Już prędzej zaufamy ostatniej książce, pigułce czy opinii lekarza. To jest choroba naszych czasów.

W 1940 roku Ward skończył Julliard School i ożenił się ze swoją ukochaną ze szkoły muzycznej. Byli razem przez 50 lat.

— Kiedyś zostaliśmy wezwani do dziekana za całowanie się na sali ćwiczeń — wspomina Ward z uśmiechem. W *Feeling-Love* dzieli się swoim związkiem z żoną, Noną, uznaną skrzypaczką. Pisze: „Dla Nony i dla mnie to nasze uczucie-miłości jest niewyczerpalnym źródłem dla naszego małżeństwa".

— W jaki sposób można powrócić do uczucia-miłości? — zapytałem go.

— Ćwicz — odpowiedział Ward. — Jeśli w tej chwili odczuwasz napięcie w swojej klatce piersiowej, skup się na nim. Słuchaj go. Poczuj je. Może ci mówi, żebyś się odprężył, żebyś wyluzował.

Kiedy skończyliśmy nasz wspólny posiłek, spojrzał na mnie i powiedział:

— To naprawdę nie jest takie skomplikowane. Poprzez odczuwanie fizycznego ciała docierasz po prostu głębiej i zaczynasz czuć miłość, która zawsze tam była, zawsze czekała, zawsze była wspaniała. Cud zdarza się teraz. Jedyne, co musisz zrobić, to go poczuć.

Myślę, że Ward jest na tej samej ścieżce, co Gendlin, ale schodzi głębiej. Tam, gdzie Gendlin skupia się na problemach, żebyś mógł je rozwiązać, Ward zagląda głębiej. „Słuchaj, jak pulsuje w tobie życiowa siła." Albo jak czasami pyta mistrz guru, Da Free John: „kto bije twoim sercem teraz?". Ward i John wskazują na Twoją istność.

Co było pierwsze?

Mimo że podziwiam Gendlina i Warda oraz innych ludzi kochających ciało, których spotkałem, myślę, że istnieją pewne ograniczenia wobec ich metody. Po

pierwsze, większość z nich odrzuca umysł. Ward twierdzi, że nasze ego nie jest w stanie uchwycić wszystkiego w danej chwili i że należy poddać się czemuś głębszemu, żeby żyć. Gendlin używa umysłu tylko po to, żeby utrzymać skupienie na ciele.

Z moich własnych doświadczeń wynika, że potrzebujesz ich obu. Ciało i umysł to drzwi do tej samej prawdy. Połączenie obydwu byłoby silniejsze i we wszystkich moich spotkaniach z ludźmi korzystam ze zintegrowanej metody, aby wydobyć to, co najlepsze z ich obu. Ogólnie rzecz biorąc, powiedziałbym jednak, że to przekonania są fundamentalnym kluczem do zmian. Znajdujesz przekonania albo poprzez swój umysł, albo poprzez ciało. To z przekonań płyną Twoje działania. To, gdzie je umieścisz, zależy od Ciebie.

Pamiętam, jak przeprowadzałem wywiad z Johnem i Krisem Amodeo, podopiecznymi Gendlina, którzy są nauczycielami Skupiania i autorami książki *Being Intimate*. Widziałem, jak poruszają się ich ciała, gdy poruszałem pewne tematy. Na przykład John skrzyżował ręce ORAZ nogi, kiedy zapytałem o werbalne metody osobistej zmiany. Zdecydowanie przyjął pozycję obronną. Zarówno jego ciało, jak i umysł to zdradzały. Był przekonany o tym, że należało pracować z ciałem, aby zaszła zmiana i nie dopuszczał innej możliwości.

Milton Ward i ja siedzieliśmy w taksówce, będąc w drodze na kolację i rozmawialiśmy o Procesie

Option. Uważał, że Barry Neil Kaufman stworzył metodę, która pozwalała pozostać w umyśle i poza ciałem. Kiedy wytłumaczyłem mu, że w czasie sesji *Option* zdarzają się wybuchy emocjonalne, a ciało też jest ważne, Ward wyraźnie się odprężył. Cieszył się, że *Option* nie jest kolejnym narzędziem dla ego (jak narzędzie diabła).

Kilka lat temu pracowałem dla dużej firmy naftowej. W tamtym okresie czytałem o Skupianiu, *Option* i innych nowych metodach rozwoju osobistego. Słyszałem również o tzw. „testowaniu reakcji mięśni na bodźce", czyli kinezjologii behawioralnej.

Test reakcji mięśniowej jest sposobem, aby sprawdzić, jak się czuje Twoje ciało. Stoisz z lewą ręką wyciągniętą do przodu, jakbyś wskazywał kierunek na ulicy. Naprzeciwko Ciebie stoi partner i kładzie jedną dłoń na Twoim prawym ramieniu, a drugą na Twoim lewym wyciągniętym ramieniu. Potem, kiedy zastanawiasz się, co zjeść na lunch, Twój partner lekko pcha Twoje ramię w dół. Jeśli Twoje ramię obniży się o kilka centymetrów, oznacza to, że Twoje ciało nie chce jedzenia, które Ci się wydaje, że chce. Jeśli Twoje ramię pozostanie naprężone i tylko lekko się ugnie, to znaczy, że Twoje ciało mówi — w porzdku, dawaj to jedzenie.

Byłem zafascynowany tą metodą testowania ciała. Poprosiłem swoją żonę, żebyśmy zrobili „test mięśni" na mnie, dotyczący wszystkiego, co jest w domu.

Później poszedłem do pracy i opowiedziałem o teście każdemu, kto tylko chciał słuchać — o tym, jak nasze ciało nigdy nie kłamie i że wie więcej niż my sami.

Tony, kolega z pracy, poprosił, żebym wykonał test na nim. Zgodziłem się.

Wstał od biurka. Ja stanąłem przed nim. Wystawił lewe ramię. Położyłem na nim dłoń. Byliśmy gotowi.

— Pomyśl o czymś, co lubisz.

— Ciastka.

Idealnie — pomyślałem. To ciało na pewno odrzuci ciastka. Pchnąłem jego ramię. Było silne!

— Pomyśl o czymś innym — powiedziałem.

— Lody.

Tym razem się uda — pomyślałem. Lody nie są zdrowe dla NIKOGO. Pchnąłem ramię Tony'ego. Znów było naprężone!

— Nie rozumiem — powiedziałem głośno.

— Coś się stało? — zapytał Tony.

— No cóż, jedzenie, które wymieniłeś, powinno osłabiać ciało. A TOBIE daje siłę.

— Lubię lody i ciastka — odpowiedział Tony. — MOIM ulubionym deserem są lody o smaku wafelków śmietankowych.

Nagle przypomniało mi się coś, co na pewno musi się sprawdzić.

— Podnieś ramię — rozkazałem. Podniósł. — A teraz pomyśl o cukrze!

— W porządku — odpowiedział.

Przeprowadziłem test. Ramię WCIĄŻ było silne.

W końcu go zapytałem:

— Słuchaj, co sądzisz na temat cukru?

— Jest super! — odpowiedział.

— Czy nie uważasz, że sieje spustoszenie w twoim organizmie?

— Nie, ani trochę.

I to był klucz do zagadki. Podczas gdy większość z nas sądzi, że cukier jest zły, Tony tak nie uważał. Kiedy test wykonamy na przeciętnej osobie, jej ramię osłabnie, ponieważ będzie sądziła, że cukier jest dla niej zły. Tony zaś uważał, że cukier, ciastka i lody są w porządku. A to przekonanie było widoczne w jego ciele.

Doradca *Option*, Mandy Evans, prowadziła kiedyś sesję, podczas której jedna z kobiet narzekała:

— Ta metoda mi nie pomoże! Moje uczucia są uwięzione w moim ciele, a całe to gadanie ich nie wydobędzie!

— A jak te uczucia się tam dostały? — zapytała delikatnie Mandy.

To pytanie sprawiło, że kobietę zatkało. Cała zesztywniała, a później zaczęła się trząść. Członkowie grupy zebrali się wokół niej i trzymali ją, kiedy cała drżała. Po dłuższej chwili kobieta się odprężyła. W końcu uwolniła z siebie podczas tych warsztatów te więzione uczucia. Zrozumiała, że każde z uczuć zawładnęło jej postacią fizyczną, bazując na przekonaniach, które były obecne w jej życiu.

Przekonania biorą kontrolę nad ciałem, kiedy sobie takie przekonanie wybieramy. Mogłeś zacząć w coś wierzyć w drugiej klasie czy tydzień temu. Ale kiedy akceptujesz jakieś przekonanie, staje się ono częścią Twojego wyglądu. Przenika do Twojej osobistej nieświadomości, a ponieważ Twoja osobista nieświadomość mieści się w Twoim ciele, można ją zauważyć (jeśli się jest ekspertem) w Twoim ciele. Aby zmienić jakieś przekonanie, trzeba zwracać baczną uwagę albo na ciało, albo na umysł. Jednym ze sposobów patrzenia na umysł jest *Option*. Te sposoby nie są ze sobą w sprzeczności, uzupełniają się.

Jeśli czegokolwiek nauczyłem się z mojej dwudziestoletniej wędrówki przez różne seminaria i warsztaty rozwoju osobistego, kasety i książki, to tego, że każdy sposób jest właściwy. Przez dłuższy czas wierzyłem, że Freud to nie to, zaś Junga uważałem za boga. Ci przypominający bogów wielcy psychologowie zdawali

się nigdy nie zgadzać, więc wybierałem jednego, kosztem drugiego.

Ale później przeczytałem wspaniałą książkę napisaną przez transpersonalnego geniusza, Kena Wilbera, pt. *No Boundary*. Ken wytłumaczył w niej, że różne ścieżki prowadzące do rozwoju — włączając w to starego Freuda i rozmarzonego Junga — uzupełniają się wzajemnie, a nie kłócą ze sobą. Są jak szczeble drabiny. Każdy szczebel jest potrzebny, aby dotrzeć na górę.

Skupianie i *Option* to podobne szczeble. W zależności od tego, które bardziej Cię pociąga, każde zadziała. *Option* jest nastawiony na dialog. Skupianie jest skierowane do wnętrza. Obydwa są osadzone w miłości i szacunku.

Czyż to nie jest idealna ścieżka, aby nią podążać?

Rozdział Dziewiąty

Najczęściej uczęszczana droga

Brałem udział w bardzo wielu warsztatach i seminariach. Być może w zbyt wielu.

Spędziłem dwa tygodnie zamknięty w pokoju z ludźmi Wernera Erharda i dwa okresy letnie z kontrowersyjnym guru. Widziałem swoje poprzednie życia i chodziłem po rozżarzonych węglach. Wszystko to było wyjątkowe. Żadne z tych doświadczeń nie było zbyt praktyczne.

Ale potem wziąłem udział w pięciotygodniowym kursie o nazwie *Technologies For Creating*[17] (TFC), który pogłębił moją wiedzę o mnie jako pisarzu. Dał mi również nowe narzędzia do stworzenia życia, jakiego pragnąłem. To doświadczenie było przede wszystkim proste, przyjemne i praktyczne.

[17] *Technologie dla twórczości* [przyp. tłum.].

TFC: jesteś kapitanem na swoim statku

TFC to kurs stworzony przez Roberta Fritza, autora bestsellera z 1984 roku pod tytułem *The Path of Least Resistance*. Fritz spisał ostatnio swój kurs i napisał 70% swojej książki. Dlaczego? Jak to wyjaśnił mi przez telefon ten 46-letni pogodny muzyk:

— W końcu nauczyłem się pisać!

Fritz nie jest zwolennikiem ruchu *New Age*. Uważa, że w większości jest to oszukiwanie samego siebie. W jego książce znajduje się długi fragment, w którym rozwala mit o pozytywnym myśleniu. Dla Fritza pozytywne myślenie to po prostu kłamanie na temat rzeczywistości, aby sprawić, żeby wydawała się lepsza. Znam wiele osób, które mówią o „usuwaniu negatywnych myśli" i „myśleniu tylko pozytywnie". Fritz mówi zaś, że możesz być wobec siebie uczciwy, a i tak podążać za wyznaczonym celami.

— Te wszystkie systemy działają w ramach tej samej struktury — powiedział mi Fritz. — Kończy się to tak, że miotasz się pomiędzy tym, czego chcesz, a tym, co wydaje ci się, że masz, i nigdy się naprawdę nie zmieniasz. Aby zaistniały efekty, musisz zmienić

dominującą strukturę, która jest obecna w twoim życiu.

Łatwiej powiedzieć, niż zrobić. Ale idee Fritza mają sens. Widziałem, jak wielu poszukiwaczy odsuwa się od bieżącej rzeczywistości poprzez skupianie się na tym, czego chcą. Wierzą w to, że jeśli tylko zwizualizują efekt końcowy, to się spełni. Wyobraźnia jest pewnym krokiem w całym procesie, ale tylko JEDNYM krokiem. Jeśli wiesz, gdzie się teraz znajdujesz, jak zauważa Fritz, da Ci to energię, aby pójść naprzód i stworzyć efekt, którego chcesz.

Od 1975 roku ponad 100 000 osób, włączając w to urzędników NASA, polityków oraz piosenkarkę Phoebe Snow, wzięło udział w różnych seminariach stworzonych przez Fritza. Pond 60 000 ukończyło kurs TFC. Ponad 80 000 kupiło jego książkę.

— Uczę ludzi, jak używać procesu tworzenia — powiedział mi Fritz. — Czerpałem z tego, czego się nauczyłem z komponowania muzyki oraz z życia wielkich artystów i zastosowałem te same zasady do innych dziedzin życia.

Kurs i książka Fritza dotyczą przede wszystkim tego, jak każda osoba staje się „dominującą siłą stwórczą w swoim życiu”.

— Nie oznacza to, że jesteś siłą stwórczą wszechświata — tłumaczył Fritz. — Ale jesteś siłą stwórczą

w swoim własnym życiu. A większość ludzi z tego nie korzysta.

Większość z nas działa zgodnie z tym, jaki powstanie zbieg okoliczności. Frizt uczy Cię, jak wybierać sposób, w jaki chcesz istnieć w świecie. Ta zmiana perspektywy stwarza niesamowite wrażenie siły.

— Kiedy zaczniesz już sam wybierać efekty, jakie chciałbyś osiągnąć, zaczniesz stwarzać inne struktury w swoim życiu — powiedział Fritz. — Wtedy twoja energia i życie zaczną podążać tą ścieżką nowej struktury, ścieżką najmniejszego oporu.

Najprawdopodobniej osiągasz cały czas te same rezultaty w życiu, ponieważ robisz cały czas te same rzeczy. To znaczy, że utkwiłeś w strukturze. Albo „oscylujesz". Lub jesteś głupi. Fritz twierdzi, że będziesz się wahał pomiędzy dwiema sprzecznymi potrzebami, aż nauczysz się tworzyć nową, bardziej dominującą ścieżkę. Najlepiej można to opisać na przykładzie ludzi, którzy się odchudzają i oscylują pomiędzy jedzeniem a niejedzeniem, byciem na diecie a nie byciem na diecie. Ale gdy podejmiesz decyzję, że chcesz przebiec maraton albo zostać modelem czy modelką, zmieniasz strukturę i w naturalny sposób tracisz na wadze, podążając ścieżką prowadzącą do Twojego nowego celu: przebiegnięcia maratonu lub zostania modelem czy modelką. Zamiast toczyć ze sobą walkę o jedzenie i odchudzenie, wkraczasz w sferę pragnienia większego i lepszego niż poprzed-

nie. To tak jak różnica między ściganiem się po złoto a ściganiem się po kiepską nagrodę.

Przeprowadzanie wywiadu z Fritzem nie było proste. Chciałem rozmawiać o tym, jak stworzyć konkretne rezultaty, a on gadał o Mozarcie. Chciałem dowiedzieć się, jak uczy osoby, które reagują na problemy mechanicznie (*reactive-responsive*) bycia bardziej twórczymi, a on mi na to odpowiedział, że tego nie robi. W akcie desperacji w końcu zapytałem:

— Jak możemy stworzyć COKOLWIEK w życiu, opierając się na zasadach z twojej książki?

— Każdy chce gotowego przepisu — odpowiedział Fritz. — W procesie twórczym wymyślasz, co masz zrobić, żeby stworzyć coś, czego chcesz. Nie ma zasad.

Ludzie, w odpowiedzi na życie, szukają gotowych rozwiązań, żeby wiedzieć, jak najlepiej zachować się w danej sytuacji. Ale osoba, która sama jest panem swojego losu, „wymyśla" swoją własną ścieżkę. Jak to powiedział Fritz: „proces twórczy to proces uczenia się".

Stwarzanie wyników

Byłem zdziwiony tym, jak łagodny jest kurs TFC. Po tym, jak brałem udział w Forum i innych seminariach nastawionych na konfrontację, wyluzowana atmosfera grupy TFC przypominała mi bardziej leżakowanie w przedszkolu.

Kurs jest prosty. Siedzisz w kółku w sali z innymi uczestnikami zajęć (u mnie były cztery osoby) i na zmianę czytacie z ogromnego notesu kursowego. Pomiędzy tym pojawiają się różne „techniki", tj. wizualizacje, którymi kieruje certyfikowany instruktor TFC. Dużo czasu poświęca się na pisanie listy swoich celów i zastanawianie się nad kierunkiem w życiu.

Poproszono nas, żebyśmy wybrali 13 celów w swoim życiu oraz żebyśmy skupili się na jednym z nich. Wybrałem najtrudniejsze cele. Uznałem, że skoro zapłaciłem $ 300 za kurs, to wycisnę z niego tyle, ile się da. Nie wybrałem nędznego celu typu „chcę mieć nowy garnitur". Zamiast tego wybrałem kosztowne lub trudne cele, takie jak lepsze relacje ze swoim ojcem, zrobienie kariery jako mówca, znalezienia porządnego wydawcy dla moich książek, które wydawałem własnym sumptem, nowy dom i nowy mercedes. Takie drobiazgi.

Poproszono nas, żebyśmy odczytywali listę swoich celów dwa razy dziennie oraz żebyśmy słuchali

codziennie nagrań na kasecie. Nagranie miało tylko dziesięć minut, więc to żaden problem. (Jedna z kobiet słuchała kaset, jadąc do pracy, co nie jest najlepszym pomysłem.) Pomagają one się zrelaksować, skupić i później zwizualizować cel oraz obecną rzeczywistość w odniesieniu do tego celu. Fritz twierdzi, że połączenie obu wizualizacji stwarza „strukturalne napięcie", które w naturalny sposób szuka rozwiązania.

Ma rację. Jedną z największych korzyści, które wyniosłem z TFC, było zrozumienie tego „strukturalnego napięcia". Wszystkie moje opublikowane prace były krótkie. Nigdy nie wiedziałem dlaczego. Po prostu myślałem, że mam taki zwięzły styl. Ale zrozumiałem, że nie lubię napięcia pomiędzy posiadaniem wizji a upragnionym celem. Pisałem więc tak szybko, jak tylko mogłem, po czym przestawałem. Chciałem pozbyć się napięcia. Od tamtej pory nauczyłem się, że napięcie jest potrzebnym i wspaniałym sprzymierzeńcem. Teraz mogę pisać dłuższe książki i naprawdę czerpać radość z tego procesu. To, samo w sobie, jest dla mnie bezcennym darem.

Przez kilka tygodni skupiałem się na uzyskaniu jak najlepszych warunków finansowych za *Turbocharge Your Writing!*, książeczkę dotyczącą pisania. Fritz i wszyscy inni mówili: „Nie skupiaj się na pieniądzach, skup się na efekcie końcowym. Pieniądze to proces." A ja im odpowiadałem: „Wiem, wiem, ale chcę pieniędzy!".

Trwało to tygodniami. Poszedłem potem do księgarni i zobaczyłem książkę w miękkiej oprawie, która miała rozmiar i wygląd taki, jak sobie wyobrażałem, że *Turbo* będzie miała, kiedy już zostanie wydana. Kupiłem tę książkę. Zacząłem jej używać w czasie sesji z moją wyobraźnią. Wyobrażałem sobie swoje imię na okładce i tytuł mojej książki na okładce oraz jednocześnie widziałem swoją obecną rzeczywistość (książeczkę w obecnej postaci).

W przeciągu dwóch dni zadzwoniło do mnie jedno z największych wydawnictw w Nowym Jorku. Pani redaktor słyszała o mojej książeczce Turbo i chciała ją zobaczyć. Kim była? Tą samą redaktorką, która wydała książkę, której używałem podczas swoich wizualizacji!

Przypadek? Może. A może łączy nas coś, o czym sami nie wiemy. Kto wie? Jak to powiedział Fritz w wywiadzie radiowym: „Nie potrzebujesz wiedzieć, jak to działa, żeby działało". W rzeczy samej.

Pewnego dnia, kiedy przeglądałem listę moich 13 celów, zdałem sobie sprawę z tego, że dwa z nich stworzyłem nieświadomie. Stało się to w taki naturalny sposób, że nawet nie zauważyłem. Kiedy czytałem listę i zobaczyłem punkt dotyczący mojego ojca, zdziwiony zdałem sobie sprawę z tego, że więcej ze sobą rozmawiamy. I bardziej otwarcie. Oraz częściej. Szczerze zaczął się interesować moimi książkami. Czasami zachowywał się jak agent prasowy promują-

cy moją książkę. Zauważyłem, że nasze relacje są szczere. Wcale się na nich nie skupiałem. Później mój instruktor TFC powiedział mi, że „inne cele też zaczynają się realizować, podczas gdy pracujesz nad pierwszym". Tak właśnie jest.

Moim kolejnym celem było zostać mówcą. Bez żadnych starań z mojej strony zacząłem dostawać propozycje wykładów. Jeden wykład w Houston sprawił, że zaproszono mnie na dwa kolejne. Później Romance Writers Guild zaprosiło mnie, abym dał wykład w San Antonio. Oraz w Kalifornii. JAKAKOLWIEK propozycja z ich strony to szok, ponieważ nigdy nie napisałem romansu.

Później otrzymałem propozycję z Australii, żeby przemawiać i uczyć tam. Byłem zdumiony. Nie kontaktowałem się z ŻADNYM z tych miejsc. A jednak propozycje wykładów napływały. Jeden z uczestników grupy powiedział:

— Kiedy mówisz wszechświatowi, czego chcesz, uważaj. To już nadchodzi.

Tak też jest.

Poboczną korzyścią, którą wyniosłem z kursu, było bardziej efektywne doradztwo. Wciąż pracowałem nad *The Joy of Service* z Ronem McCannem, kiedy brałem udział w TFC. Widywałem go codziennie. Pewnego dnia zaczął narzekać na interesy. Pomimo że jest

właścicielem wartego wiele milionów dolarów biznesu polegającego na naprawie urządzeń klimatyzacyjnych, pragnął więcej. (Czyż nie jest tak z nami wszystkimi?) Słuchałem go, ponieważ wiedziałem, że jest to jego obecna rzeczywistość. Warto jest wiedzieć, gdzie się człowiek znajduje, zanim ruszy dalej. Twoja obecna rzeczywistość jest pierwszą częścią równania, które pomoże Ci osiągnąć sukces.

Kiedy zapytałem Rona, czego pragnie, zaczął opisywać firmę idealną. Czasami wtrącał, że coś nie jest możliwe. Mówiłem mu:

— Nie martw się tym, co jest możliwe. Opisz swoją idealną wizję.

Prowadziłem go przez ten proces, aż czuł się z nią komfortowo i był przekonany o tym, że jest kompletna.

A później pospieszyłem w stronę drzwi. Dlaczego? Ponieważ wiedziałem, że będzie chciał wiedzieć, co ma następnie ZROBIĆ, a ja nie potrafiłem mu odpowiedzieć na to pytanie. Musiał pozwolić wizji przedstawić mu rozwiązanie. Trudno to wyjaśnić, ale nie ma SPOSOBU, metody, recepty, aby dostać cokolwiek. Jeśli wiesz, dokąd chcesz zmierzać, i wiesz, w jakim punkcie się znajdujesz, wtedy wiesz, co robić dalej. To przychodzi naturalnie. Kiedy chciałem zostać mówcą, ludzie mówili mi, że powinienem przyłączyć się do Krajowego Stowarzyszenia Mówców. Cóż, najwyraź-

niej nie musiałem tego jednak robić. Fritz powiedział mi przez telefon:

— Tutaj w grę wchodzi tworzenie. Nie ma jednego sposobu na stworzenie, czego chcesz. Tworzysz to po drodze.

Tydzień później Ron doniósł mi, że stworzył firmę, której pragnął. Był uśmiechnięty. Ja byłem zaszokowany. To jest niesamowita korzyść poboczna płynąca z kursu TFC. Ron był mi tak wdzięczny, że przyszedł na moje uroczyste zakończenie kursu TFC w ramach podziękowania dla mnie i dla kursu. Wiedział, że zawdzięcza swoją nową firmę materiałowi Fritza.

W trakcie leczenia czy uzdrowiony?

Wiele osób, które interesują się odkrywaniem siebie oraz rozwojem osobistym, uważa za modne bycie współuzależnionym, uzależnionym czy też bycie dzieckiem alkoholika.

Jeden ze znajomych wciąż opowiada o swojej przeszłości. Najbardziej ożywiony wydaje się, gdy opowiada o tym, co się z nim działo, gdy się nad nim znęcano w dzieciństwie. Scenariusz, który pisze, zaczyna się od słów: „Jestem uzależniony od seksu…”

Cały czas słyszę, jak ludzie z ruchu *New Age* mówią: „stwarzasz swoją rzeczywistość”. Widzę również, że ci ludzie chrzanią swoje życia. Uważam, że do pewnego stopnia się mylą. Wielu zwolenników *New Age* wykonuje swoje afirmacje i wizualizacje, ale zapominają o tym, że nie są niezwyciężeni. Śmierć dosięgnie nas wszystkich. Rzuca na kolana nawet najsilniejszych. Jednak wielu zwolenników *New Age* zachowuje się tak, jakby byli odporni na rzeczywistość życia codziennego. Pracują nad uzdrawianiem siebie, ale zapominają, że leczenie nie oznacza wyleczenia. Lekarstwo oznacza całkowitą remisję: leczenie oznacza pogodzenie się z problemem.

Fritz skupia się na uzdrawianiu. Pyta Cię, czego chcesz, po czym uczy Cię umiejętności tworzenia tego, czego pragniesz. Nie musisz też badać swojej przeszłości, leczyć starych ran czy pisać sztuk na temat bolączek z przeszłości. Kiedy dokonasz strukturalnej zmiany, wszystko się zmienia — Twoja przeszłość, Twoje przekonania, Twoje podejście do różnych spraw, Twoje problemy — wszystko!

— Jak moja przeszłość może się zmienić w mgnieniu oka? — zapytał znajomy.

— Wytłumaczę Ci to na przykładzie — zacząłem. — Kiedy w zeszłym roku próbowałem zrzucić zbędne kilogramy, robiłem to, walcząc z jedzeniem. Kiedy nie jadłem, myślałem o jedzeniu. A kiedy już jadłem,

myślałem o niejedzeniu. Zastanawiałem się, czy nie powinienem zmienić swoich przekonań, czy też może zająć się problemami relacji rodzic–dziecko albo doświadczyć poprzednich wcieleń.

— Mogę się z tym identyfikować — odpowiedział.

— Ale kiedyś, gdy miałem około 17 lat, postanowiłem zostać mistrzem świata w boksie w kategorii wagi ciężkiej. Byłem temu szczerze oddany. Codziennie ćwiczyłem, biegałem, okładałem pięściami worek treningowy i wizualizowałem sobie siebie jako mistrza. Nie martwiłem się jedzeniem i niejedzeniem. Cały ten problem gruby–szczupły zszedł na dalszy plan, dzięki jednej decyzji, aby osiągnąć coś więcej. To, co zrobiłem, to właśnie zmieniłem swoją strukturę. Zamiast żyć w strukturze, która mówiła, że mam do wyboru „jeść albo nie jeść", zmieniłem cel na „być mistrzem wagi ciężkiej".

Metoda Fritza to droga na skróty do zdrowia. Nie musisz bawić się z chorobą lub skupiać na przeszłości (choć możesz to zrobić, jeśli chcesz). Jedyne, co musisz zrobić, to zdecydować się podążać za tym, czego pragniesz.

Dla wielu ludzi jest to trudna idea do zaakceptowania. Wciąż wierzą, że rozwój można osiągnąć tylko poprzez ból, że możesz zmienić się tylko poprzez cierpienie, że możesz zmienić teraźniejszość, tylko poprzez przyjrzenie się przeszłości.

Tak nie jest.

Sprzedawanie

Jedyny powód do narzekań, jaki stwarza TFC — oraz większość *New Age* i seminariów rozwoju osobistego — dotyczy osób, które je sprzedają. Na przykład, jedna z instruktorek w Houston jest bardzo nachalnym sprzedawcą. Wydaje się nie rozumieć, że różne ścieżki są odpowiednie dla różnych osób o różnym czasie. Dla niej jest to „albo zrobisz po mojemu, albo wcale”.

Nauczyłem się, że każdy z nas ma indywidualny plan rozwoju. TFC może nie być dla wszystkich. Jeśli sprzedawca TFC mówi, że kurs odmieni Twoje życie, nie szanuje Cię. Instruktorka TFC w Houston odmawia wspierania kogoś, kto nie jest zainteresowany samouzdrowieniem i samorozwojem. Uważam, że jest to okrutne oraz przejawia brak szacunku wobec osobistej siły oraz wolności osobistej danej osoby.

Niektórzy uczą się więcej, gdy utkną na czymś, niż gdy poruszają się do przodu. Dlaczego więc nie pozwolić im być tam, gdzie chcą być?

Nawet Mark Twain to wiedział. Wiedział, że to, co jest w jego przypadku skuteczne — tj. cygara i wulgarny język — może go unicestwić.

Tak samo jest z większością kursów samopomocy. Kursy Wernera Erharda słyną z nachalnej reklamy. Moim zdaniem ci wszyscy ludzie powinni zrozumieć, że podstawą wszelkiej sprzedaży jest prawdziwa przyjaźń. Większość z tych sprzedawców startuje z pozycji wszechwiedzących osób, co jest tak prymitywne i naszpikowane ignorancją, jak najgorsze grupy religijne — oraz przyczyną najgorszych wojen — w historii świata.

Większość strategii sprzedaży *New Age* polega na stworzeniu potrzeby i zaspokojenia jej tym, co sprzedajesz.

— Jesteś nieszczęśliwy? Chory? Zmęczony? Bez forsy? Przybity? — pytają Cię. — Problemy w związku? Problemy w pracy? Nie jesteś pewien, jaki kierunek obrać w życiu?

Każda wariacja powyższego pozwoli im ustalić, że POTRZEBUJESZ lekarstwa, odpowiedzi, ścieżki itp.

— Po prostu weź udział w tym kursie, a wszystko się wyjaśni!

Pamiętam, jak poszedłem na wstęp do „est” jakieś 10 lat temu. Młoda, atrakcyjna kobieta odciągnęła mnie na bok i zapytała:

— Na kiedy chcesz się zapisać?

— Nie mam pieniędzy — odpowiedziałem.

— Czy chciałbyś mieć więcej pieniędzy, Joe?

— Tak.

— Czy chciałbyś mieć lepszą pracę?

— Tak.

— Czy chciałbyś mieć dziewczynę?

— Jestem żonaty.

— Czy chciałbyś mieć lepszy związek? — zapytała. — Weź udział w kursie est, a całe twoje życie się zmieni.

Człowiek, który bierze udział w chodzeniu po ogniu, uważa, że odpowiedzią na wszystko jest przejście się po rozżarzonych węglach. Pamiętam, jak raz z nim rozmawiałem przez telefon. Narzekałem na swoja życiową sytuację. Przez chwilę słuchał, a potem zaczął wydawać odgłosy przypominające trzaskający ogień.

— To, czego potrzebujesz, to przejście po ogniu! — zawyrokował.

Później, kiedy ten sam mężczyzna zainteresował się bardziej Terapią Oddechową niż chodzeniem po ogniu, mówił:

— To, czego potrzebujesz to sesja oddychania!

Ostatnią deską ratunku stosowaną przez tych przeciętnych sprzedawców jest pytanie:

— Boisz się wziąć udział w zajęciach?

Wariacją powyższego jest stwierdzenie:

— Nie musisz się bać. Zajęcia są bezpieczne.

Żadne z powyższego nie jest przykładem oświeconego sprzedawania. Wszystko to opiera się na założeniu, że Ty nie wiesz, a oni wiedzą. Pomimo że ludzie Fritza nie są tak nachalni, jak ludzie Erharda, wciąż mamy do czynienia z nastawieniem na jeden cel, co nie jest holistyczne.

Punkt dostępu

TFC jest wspaniałe. Ale co, jeśli coś pójdzie nie tak? Co, jeśli zdarzy się niepowodzenie? Albo popadniesz w depresję?

Cieszę się, że o to zapytałeś. Fritz oferuje wspaniałą technikę o nazwie Punkt Dostępu. Często z niej korzystałem. Jakiś czas temu dowiedziałem się, że mam się pojawić na okładce jednego z większych czasopism w kraju. Przeprowadzono ze mną wywiad, sfotografowano. Tego typu rzeczy. Ale potem zostałem

wycofany z tego magazynu. Byłem zdruzgotany. Miałem depresję. Miałem myśli samobójcze. Liczyłem na tę ogólnokrajową reklamę. A teraz co miałem zrobić?

I wtedy przypomniałem sobie technikę Punktu Dostępu. Składa się ona z czterech następujących kroków:

Krok pierwszy. Co mówiłem sobie sam na temat zaistniałej sytuacji? Że do niczego się nie nadawałem, że czasopismo było do niczego, że życie było do niczego. I tak dalej.

Krok drugi. Czy to właśnie chcesz stworzyć? NIGDY w życiu? Nie chciałem stwarzać siebie jako „nic niewartego" czy też czasopisma lub świata jako „do niczego".

Krok trzeci. Co CHCESZ stworzyć? Chciałem być zadowolony z siebie, mojej pracy i mojego świata.

Krok czwarty. Zdecyduj, co chcesz stworzyć. Decyduję się na bycie zadowolonym z siebie, mojej pracy i mojego świata.

Natychmiast poczułem się lepiej. Możecie tego nie rozumieć, ale Punkt Dostępu kieruje uwagę w taki sposób, że człowiek czuje, że ma większą kontrolę. Jest bardziej kreatywny. Decydujesz, dokąd chcesz zmierzać i jak chcesz się czuć. To lepsze niż bycie ofiarą. I kiedy już przestawisz się na bycie dominującą siłą stwórczą w swoim życiu, ZACHOWUJESZ się inaczej.

Po tym, jak wykonałem powyższe kroki, odebrałem telefon od dziennikarza czasopisma, który przeprowadzał ze mną wywiad. Przeprosił za to, że zrezygnowali z mojej historii. Ale powiedział również, że prowadził program w krajowej stacji radiowej i chciałby przeprowadzić ze mną wywiad podczas tego programu!

Tak więc Punkt Dostępu pomógł mi przejść od depresji i myśli samobójczych do uczucia większej siły oraz zdobycia dodatkowej reklamy.

Potęga wyboru

Pewnego dnia powiedziałem sobie, że czeka mnie dobry dzień. Było to w sobotę, która zazwyczaj bywała dla mnie kiepskim dniem. Zazwyczaj w soboty robię za szofera i wożę swoją żonę po Houston, kiedy ona robi zakupy i załatwia sprawy. Nigdy tego nie lubiłem. Ale tego dnia ZDECYDOWAŁEM, że będę się dobrze bawić. Po prostu zadecydowałem, że to będzie miły dzień.

Ten dzień nie tylko stał się dla mnie wspaniałym wspomnieniem, ale stał się głównym przykładem siły wyboru. Nawet moja żona zauważyła różnicę. Powiedziała:

— Wydajesz się być inny.

— Jak to? — zapytałem.

— Wydajesz się być szczęśliwy — powiedziała. — Tak, jakby ci to naprawdę sprawiało przyjemność.

Zaśmiałem się. Nie powiedziałem jej, co zrobiłem. Jedyne, co zrobiłem, to zdecydowałem, że będę miał wspaniały dzień. To się wydaje zbyt proste, żeby mogło działać. Ale działa. Zadziałało. Kiedyś mój instruktor TFC opowiedział historię o tym, jak jedna z uczennic weszła na pole golfowe i zdecydowała, że rozegra wspaniały mecz. I później rozegrała najlepszy mecz w swoim życiu.

Wybieranie działa. Wybierz, czego dla siebie chcesz. Kiedy już to zrobisz, całkowicie nieznane siły wkraczają w Twoje życie i pomagają Ci osiągnąć to, czego chcesz.

Twoje dwa pytania

Pewnego dnia zadzwonił do mnie przyjaciel, który następnego dnia miał wyjechać na wycieczkę w góry. Miał zamiar spędzić tydzień w samotności, zastanawiając się nad swoim życiem. Chciał, żebym mu

powiedział, jakie pytania, które powinien sobie zadać, uważam za najważniejsze.

— Są dwa najważniejsze pytania — odpowiedziałem mu.

— Pozwól, że je napiszę.

— Pierwsze brzmi: „gdzie teraz jestem?”, a drugie: „czego pragnę dla siebie?”.

— Gdzie jestem i co chcę zrobić w następnej kolejności? — powtórzył. — Okej, rozumiem.

— Pierwsze pytanie pomaga ci zrozumieć, w jakim punkcie w swoim życiu się znajdujesz. Odpowiadając na nie, musisz być wobec siebie uczciwy. Bardzo łatwo jest skłamać i nakreślić swoje życie jako lepsze lub gorsze, niż jest w rzeczywistości. Musisz spojrzeć na nie obiektywnie i po prostu „przeczytać” to, co widzisz.

— Okej — powiedział.

— Ważne jest, żeby wiedzieć, czego chcesz, ponieważ nie jesteś w stanie nigdzie dotrzeć bez obrania kierunku. A ponieważ możesz uczynić ze swojego życia, cokolwiek chcesz, to czego chcesz? A gdybyś mógł mieć wszystko na świecie albo być kimkolwiek, co chciałbyś mieć lub kim chciałbyś być? Nie martw się tym, co jest możliwe. Po prostu stwórz wizję tego, czego chcesz dla siebie.

— Ustalić, czego chcę dla siebie — powiedział. — Mam to.

— Kombinacja obu tych rzeczy tworzy napięcie, które szuka ujścia — wytłumaczyłem. — Możesz się go pozbyć na dwa sposoby: albo się poddać, albo osiągnąć cel.

— A zatem nigdy się nie poddawać — powiedział.

— Nigdy, prze-prze-przenigdy się nie poddawać.

Rozumiał. Zrobił w górach skróconą przeze mnie wersję kursu TFC Fritza. Zastanowił się nad swoim życiem i nad tym, w jakim kierunku chciał zmierzać. Wrócił i otworzył własną firmę wydawniczą. Pomimo że jego droga jest wyboista, obecnie tworzy w Houston jeden z najgorętszych i najbardziej rzetelnych nowych magazynów na temat biznesu.

Narodziny marzenia

Oto ostatni przykład dotyczący potęgi kreatywności.

Jadłem lunch ze swoim przyjacielem. Opowiadałem mu o swoim nowym pomyśle na biznes, a on grał rolę adwokata diabła (i naprawdę świetnie mu to wychodziło).

— Instytut Pisania będzie dla każdego, kto chce pisać — powiedziałem, kipiąc z entuzjazmu wobec mojego projektu. — Będzie kilka sal, miejsce na teatralne odczytywanie sztuk, księgarnia, biuro, usługi pośrednictwa, katalog oprogramowania oraz innych wyjątkowych rzeczy do zamówienia pocztą.

— Napisałeś już biznesplan?

— Tak. Właśnie go kończę.

— Chcesz stworzyć to, a nie masz żadnego doświadczenia, nie masz pieniędzy, nie masz żadnych klientów i nikt tego wcześniej nie robił?

— Właściwie to tak.

— Myślę, że się nie uda.

— Posłuchaj, przyjacielu — powiedziałem. — Opierasz wszystko, co powiedziałeś, na przeszłości, prawdopodobieństwie, a nie możliwości. Patrzysz na przeszłość, żeby przewidzieć przyszłość. Przez większość czasu taki sposób myślenia trafnie podpowiada wyniki, ponieważ większość z nas aż do śmierci powtarza swoją przeszłość. Ale nie tym razem.

— Dlaczego nie tym razem? — zapytał.

— Ponieważ ja tworzę coś nowego, coś tak unikatowego, wyjątkowego, że nikt tego NIGDY wcześniej nie zrobił! Nie możesz tego porównać do przeszłości, ponieważ mój pomysł jest nowy. Tworzę coś, a nie duplikuję.

Nie jestem pewien, czy zrozumiał. Ale ja na pewno tak. Wiedziałem, że lepię marzenie i że wszelkie odniesienia do przeszłości nie miały sensu. Tworzyłem. Większość ludzi znajduje coś, co działa, i to kopiuje. Widzę, jak pisarze śledzą listę bestsellerów „New York Times", żeby zobaczyć, co będzie hitem. Problem w tym, że lista mówi Ci, co BYŁO hitem, a nie — co stanie się bestsellerem. Musisz zwrócić się w stronę kreatywności, żeby stworzyć rezultaty, które sobie wyobrażasz.

A kreatywność jest w samym sercu kursu Roberta Fritza.

Potęga twojej dłoni

Ale kurs Fritza nie jest kompletny. Pominął kilka bardzo ważnych kroków. I najwidoczniej pominął je celowo.

Obecnie pracuję nad krótką książką pod tytułem *The Power of Your Hand*. Dotyczy ona pięciostopniowej recepty, jak stworzyć rezultaty w swoim życiu. Tytuł odnosi się do tego, że musisz użyć swojej ręki — podjąć działania — aby osiągnąć efekty. Tytuł pozwala Ci również zapamiętać system: jeden krok na jeden palec dłoni.

Pozwól, że przedstawię Ci krótki kurs systemu Power of Your Hand. Te kroki pokażą, w którym miejscu zgadzam się z Fritzem, a w którym miejscu czegoś mu brakuje.

Krok pierwszy. Czego chcesz?

Fritz zgadza się z tym, że najpierw musisz wiedzieć, czego chcesz, zanim będziesz mógł to stworzyć. Ale nie jest zbyt pomocny, jeśli chodzi o wsłuchanie się w to, czego chcesz. Mówi: „wymyśl coś!". Ale większość z nas nie wie, jak to wymyślić. Nie wiemy, czego chcemy. W swoim systemie korzystam z różnych technik, które pomagają wyklarować pragnienia. Fritz tego nie robi. Po prostu mówi „zdecyduj, czego chcesz". Łatwiej powiedzieć, trudniej zrobić.

Krok drugi. Czy wierzysz w to, że możesz to zrobić (lub to mieć)? Fritz mówi, że nie jest ważne, w co wierzysz ani jak się czujesz. Tak jak chora osoba, która mimo choroby idzie do pracy, Fritz mówi, że możesz tworzyć mimo wszystko. Ma rację w tym sensie, że możesz być produktywny, nawet jak nie czujesz się najlepiej. Ale myli się co do tego, że to, w co wierzysz, MOŻE Ci albo pomóc, albo Cię powstrzymać. Ze swojego doświadczenia wiem, że jeśli dana osoba nie wierzy, że coś może zrobić, nie robi tego.

Jedna z instruktorek Fritza na kursach TFC wciąż prowadzi zajęcia z małą liczbą uczestników. Dopóki nie zgłębi swoich przekonań oraz poczucia własnej wartości, nadal będzie miała mało uczniów. Fritz nie

odnosi się do rzeczy najważniejszych. Jest tam czarna dziura, w którą wpadają wszyscy uczniowie.

Krok trzeci. Czy jesteś gotów zrobić wszystko, żeby to osiągnąć?

Fritz zgadza się, że wytrwałość jest ważna. Jego technika Punktu Dostępu to wspaniały sposób, żeby trzymać się obranego kierunku. Fritz popiera podejście „nigdy się nie poddawać". Jeśli chodzi o ten krok, jego kursowi nie można nic zarzucić.

Krok czwarty. Czy jesteś gotów na przyjęcie tego, że spotka Cię coś jeszcze lepszego?

Zbyt wiele osób w ruchu *New Age* postrzega przeszkody jako znak, że pora się poddać. Moim zdaniem te „znaki" mogą być przesłaniem, żeby starać się BARDZIEJ i się nie poddawa. Ale przesłanie może oznaczać, żebyśmy wzięli pod uwagę zaakceptowanie czegoś nawet lepszego. Fritz nie za wiele o tym mówi. Zakłada, że wiesz, czego chcesz (krok pierwszy) i namawia Cię, żebyś szedł przed siebie, aż osiągniesz cel. Ale muszę przyznać, że jego skupienie się na rzeczywistości pozwala sprawdzić, czy rzeczywiście stoimy przed propozycją czegoś lepszego.

Krok piąty. Czy możesz być szczęśliwy teraz?

Fritz zawalił ten krok. Twierdzi, że szczęście jest zbyt nieprecyzyjnym celem. Mówi również, że szczęście przychodzi i odchodzi, więc nie należy się na nim skupiać. Tym razem również się z nim nie zgadzam.

Ludzie tacy jak Wayne Dyer i Barry Neil Kaufman udowodnili, że szczęście jest TERAZ i że jest wyborem. Właściwie, gdy człowiek jest szczęśliwy, lepiej potrafi określić, czego chce, oraz co zrobić w następnej kolejności. Bycie szczęśliwym czy wdzięcznym pomaga Ci się również naładować, żebyś tworzył to, czego chcesz. I tutaj znów Fritz spycha to na margines.

Podsumowując, Fritz skupia się efektach. Moje własne doświadczenia z procesem tworzenia podpowiadają mi, że rezultaty są tylko jednym z kroków w procesie. Jeśli już stworzysz to, co chcesz, co potem? Możesz przejść do następnego marzenia. Całe to doświadczenie jest cyklem. Kiedy zdasz sobie sprawę z tego, że WSZYSTKO jest procesem, możesz się odprężyć i czerpać radość z każdego kroku w tej podróży.

Idee Fritza mają moc i RZECZYWIŚCIE przynoszą efekty. Ale są również niekompletne. Spróbuj wyważyć je z uczuciem szczęścia chwili, a będziesz na najlepszej drodze do tego, co nazywam „praktyczną duchowością" — czyli byciem szczęśliwym, stwarzając raj na ziemi.

Rozdział Dziesiąty

Biznes: największy guru

W jaki sposób zarabiać pieniądze, a jednocześnie dbać o swoje wnętrze? Większość poszukiwaczy prawdy uważa, że biznes jest czymś anty-duchowym. Próba wpasowania pieniędzy w syntezę wschodnich i zachodnich wartości jest podstawowym źródłem zagubienia i frustracji.

W przeciągu kilku ostatnich lat doszedłem do tego, że świat biznesu jest największą areną dla zmiany osobistej. W biznesie musisz stawić czoła swoim obawom, spojrzeć poza ego, nauczyć się żyć poza ograniczeniami, a wszystko to trzeba robić, jednocześnie słuchając i podążając za swoim wewnętrznym głosem. Nagrody i ryzyko są wielkie. W biznesie możesz stać się bogaty. Ale możesz również umrzeć spłukany i nieszczęśliwy.

Wizyta u Marrsa

To, w jaki sposób zareagujesz na jakieś wydarzenie w interesach, jest testem Twojej siły i mądrości. Dla Donalda Marrsa, jednego z głównych dyrektorów jednej z największych firm reklamowych na świecie, ten sprawdzian przybrał wiele form. Przeszedł rozwód, był bardzo nieszczęśliwy w swojej pracy oraz odczuwał wewnętrzną chęć rzucenia wszystkiego, na co pracował, wyprowadzenia się i wypróbowania innej ścieżki w życiu. Pomimo negatywnej reakcji ze strony swojej rodziny, przyjaciół i współpracowników, Marrs miał odwagę podążać za swoim marzeniem dotyczącym pisania scenariuszy filmowych w Hollywood.

Podążanie za wewnętrznym głosem nie zawsze gwarantuje natychmiastowy sukces materialny. Marrs musiał zmierzyć się z ciężkimi niepowodzeniami i głębokimi rozczarowaniami. Jego scenariusze były czytane, ale nikt ich nie kupował. Dostał świetne posady w wytwórni filmowej 20th Century Fox i w Disneyu, ale stracił obydwie w poniżający sposób. Pomimo to Marrs chciał ufać swojemu nowemu przyjacielowi, swojemu wewnętrznemu głosowi. Wiedział również, że każda ścieżka duchowa musi być wykonalna na płaszczyźnie materialnej, żeby była uzasadniona.

„Jeśli istniał Bóg i ścieżka odkrycia, musiały prowadzić prosto przez same targowisko świata, jak i przez pustynie" — napisał Marrs w swojej pełnej ciepła autobiografii pt. *Executive in Passage*. „To było wbrew życiu, żeby zaprzeczać, iż istnieje ziemia, skoro to właśnie na ziemi żyłem."

Jako pisarz kreatywny w świecie reklamy, Marrs nauczył się zawierzać swoim przeczuciom dotyczącym pomysłów, co sprawiło, że osiągnął wielki sukces. Ale w swoim życiu codziennym pozwalał swojej racjonalnej stronie podejmować decyzje. Teraz, powoli, czasem z niemałym bólem, uczy się ufać swojemu nowemu sposobowi poznawania. Stopniowo jego świadomość rosła, potrafił słuchać i podążać za swoimi pragnieniami oraz impulsami przez cały czas, nie tylko w pracy.

„Prowadząca mnie droga powstała poprzez podążanie po prostu za tym, co mnie ekscytowało" — pisze Marrs. A kiedy nią szedłem, powoli zacząłem sobie zdawać sprawę z tego, że wskazówki pojawiają się coraz częściej."

Marrs stopniowo zaczął sobie zdawać sprawę z istnienia „Subtelnego Planu", jak to ma zwyczaj nazywać, który prowadzi go przez życie. Aby zrozumieć to, co się z nim dzieje, Marrs zaczął postrzegać swoje życie jako metaforę. Spędzał długie chwile nad swoim basenem i interpretował codzienne wydarzenia poprzez wsłuchiwanie się w swoje ciało. W skrócie, Marrs był

prowadzony do drzwi swojego serca. Uczył się pozbywać strachu oraz odkrywania tego, że pod powierzchnią jego najgorszych koszmarów znajdowało się „miejsce pełne miłości i bezpieczeństwa… całość, o której istnieniu nigdy nie wiedziałem".

Cały czas jednak borykał się z problemami finansowymi. Jego zmartwienia wywołane kurczącymi się funduszami pozbawiały go energii, dopóki nie pozbył się swoich dwóch przywiązań, przybłąkanego psa, który nauczył go, jak znów kochać (i który niestety zdechł z powodu raka) oraz dużego domu, który kochał. Ale rezultatem tego były narodziny subtelnego pragnienia, tak nowego, jak i zaskakującego, żeby wrócić do reklamy, ale tym razem jako szef własnej małej firmy. Stworzył więc Marketing Partners, Inc., firmę, której przyświecają wielkie ideały, silne wartości oraz pomoc małym firmom.

— Po tym, jak sprzedałem swój dom i przyjrzałem się doświadczeniom, które opisałem w książce — opowiadał mi pewnego dnia przez telefon Marrs — zarobiłem jeszcze więcej pieniędzy, lepiej się bawiłem, znalazłem większy i lepszy dom, który uwielbiam, oraz stworzyłem wspaniały związek z kobietą, którą kocham.

Historia Marrsa wpisuje się w moje doświadczenia. Pokazuje, że podążanie za wewnętrznymi pragnieniami działa również w świecie biznesu. Nie ma potrzeby oddzielać duchowości od interesów. Mogą całkiem

dobrze współgrać, co potwierdza Marrs. Mówi, że nie musisz doświadczać nieszczęść, które go spotkały, jeśli będziesz słuchał swojego wewnętrznego przesłania. Opieranie się tym sygnałom tylko odłoży w czasie coś, co mogło być łatwą transformacją, a w efekcie podnosi małe wstrząsy do rangi trzęsienia ziemi.

Pamiętam, jak jeden ze znanych nauczycieli mówił grupie biznesmenów, że jeśli zignorują wewnętrzne impulsy, które sygnalizują potrzebę zmiany, te impulsy zmienią się w coś bardziej wymuszającego uwagę, np. wrzody lub raka.

Mistyk na targowisku

Ram Dass zwykł opowiadać historię o swoim stosunku do pieniędzy, która jest bardzo oświecająca — ale nie z tych powodów, o których myślisz w pierwszej kolejności.

Dass stworzył pewien rodzaj nagrań i sprzedawał je za, powiedzmy, $ 4,50 za sztukę. Jego ojciec, człowiek bardzo skupiony na pieniądzach, zapytał go, jaki osiąga na nich zysk.

— Nagranie kasety kosztuje $ 4, więc zarabiam około 50 centów.

— A gdybyś brał więcej za kasetę, wciąż sprzedawałbyś ich tyle samo?

— Zapewne tak. Ludzie, którzy je kupują, byliby gotowi zapłacić nawet dziesięć, dwanaście dolarów za każdą.

— No to dlaczego nie podniesiesz ceny, żeby więcej zarobić?

Ram Dass zastanowił się chwilę. Zwrócił się do ojca i zapytał:

— Pamiętasz, kiedy wykonywałeś jakąś robotę dla wujka Herry'ego?

— Jasne. Jego sprawa wymagała dużo czasu i wysiłku, ale to zrobiłem.

— Ile od niego za to wziąłeś?

— Ile wziąłem? Nic od niego nie wziąłem. Zrobiłem to wszystko za darmo!

— Dlaczego? — zapytał Ram Dass. — Mogłeś osiągnąć niezły zysk.

— Jak to dlaczego, to mój brat! TWÓJ wujek! Nie mogę na nim zarabiać. To rodzina!

— No cóż, każdy jest moim wujkiem — powiedział Ram Dass. — Znajdź kogoś, kto nie jest członkiem mojej rodziny, a na nim zarobię.

Brzmi nieźle, prawda? Brzmi jak coś świętego i duchowego. Ale czyż nie jest praktyczne?

Uważam, że Ram Dass, pomimo że jest wspaniałą duszą, o czymś zapomniał. Jeden z moich przyjaciół wysłuchał powyższej opowieści i powiedział:

— Wiesz co? Ta historia właściwie poszerza moją świadomość biedy. Sprawia, że nie doceniam siebie ani swojej pracy.

Jedną z potężnych myśli, która została mi z lat spędzonych z Rajneeshem, było to, że można „medytować na targowisku". Rajneesh postrzegał kapitalizm jako bardzo mądry sposób życia.

Pieniądze przyrównywał do krwi, która krąży w zdrowym społeczeństwie. Zachęcają człowieka do stworzenia czegoś i nagradzają go, jeśli tworzy coś, czego ludzie mogą używać. Rajneesh autentycznie pomógł mi zostać „Mistykiem na Targowisku".

Jeśli oddajesz swoją pracę za darmo, kilka rzeczy ma miejsce: ludzie, którzy otrzymują Twoją pracę, nie doceniają jej, chyba że ma ona naklejkę z ceną, nie jesteś w stanie pozwolić sobie na wysokiej jakości pracę, ponieważ nie masz funduszy na to, co jest do tego potrzebne; przestajesz cenić zarówno siebie, jak i swoją pracę.

Napisałem książkę na temat usług dla biznesmena z Houston, Rona McCanna. Kiedy zaczynaliśmy negocjacje w interesach, zapytał mnie, czy mam

zamiar wziąć opłatę z góry za napisanie książki dla niego.

— Moja usługa dla ciebie polega na tym, że napiszę dla ciebie książkę — wytłumaczyłem. — Twoją usługą dla mnie, jest mi zapłacić za to, co dla ciebie robię.

I tak ma być. Ego nie ma tu znaczenia. Żadnych dziwnych prób manipulacji, żeby kogoś oszukać. Po prostu, ja zrobię to dla Ciebie, a Ty zrobisz to dla mnie. Kiedyś na naszej planecie cała kwestia transakcji opierała się na barterze. Ty dajesz mi pięć futer, a ja daję Ci dwa pistolety. I tak dalej.

Nawet w dzisiejszych czasach uważam, że barter wciąż może być sposobem wymiany energii. Kiedy rozmawiałem z Ronem McCannem o współtworzeniu jego książki *The Joy of Service*, powiedziałem mu, że napiszę książkę w zamian za samochód. Wiedziałem, że jako prezes firmy ma kilka pojazdów. Ponieważ pieniądze, które miał mi zapłacić, miałem i tak przeznaczyć na samochód, zaproponowałem wymianę mojej pracy za samochód.

Musisz pobierać opłatę za to, co robisz i masz prawo do ładnego zysku. Zyski pozwalają Ci działać dalej. Walt Disney powiedział kiedyś, że nie robi filmów dla pieniędzy, ale że zarabia pieniądze po to, żeby móc robić filmy. Pomyśl o tym.

Kiedyś pisałem życiorysy dla przyjaciół. Nic za to nie brałem. Tak jak Ram Dass, uznałem, że każdy jest

moim wujkiem. Ale później znalazłem pracę dorywczą w firmie, która się tym zajmowała i pisałem życiorysy dla dyrektorów. Dostawałem nawet $ 300 za jeden życiorys! I zauważyłem, że ludzie bardziej mnie doceniali i że ich życiorysy bardziej im się podobały.

Barry Neil Kaufmann, kiedy pierwszy raz zaczął praktykować Proces *Option*, oddawał swój czas każdemu, kto szukał jego pomocy. Ludzie opuszczali spotkania lub przychodzili spóźnieni. Nie cenili jego pracy. Teraz Kaufmann bierze $ 125 za godzinę sesji *Option* i $ 1000 za tygodniową sesję intensywną. Ma więcej chętnych, niż jest w stanie przyjąć.

Kilka tygodni temu zadzwonił do mnie znajomy. Chciał, żebym sprawdził to, co napisał. Ponieważ jest „rodziną", powiedziałem, że zrobię to za darmo. Powiedział, że wpadnie następnego dnia i zjemy razem lunch. Nie przyszedł. Później zadzwonił i powiedział, że podrzuci artykuł później, wieczorem. Nie pojawił się. Następnego dnia zadzwonił i powiedział, że zaraz będzie. Czekałem. Nie było go. W końcu zadzwonił po południu i powiedział, że niedługo będzie.

— Nie kłopocz się — powiedziałem. — Jeśli chcesz, żebym przeczytał ten artykuł, wyznaczę za to cenę.

Po drugiej stronie słuchawki zaległa długa pauza.

— Tylko w ten sposób będę wiedział, że szanujesz mój czas i umiejętności — wyjaśniłem.

— Wcale cię nie winię — powiedział.

Dzięki mojej uczciwości i jego wyrozumiałości nasze relacje się umocniły.

Magazyn „SPY" wysyłał kiedyś małe czeki do najbogatszych supergwiazd, żeby zobaczyć, czy je zrealizują. Czeki o większej wartości były warte $ 1,50. Jeśli jakaś gwiazda zrealizowała czek, magazyn wysyłał jej czek o jeszcze mniejszej wartości. Tylko dwie osoby podpisały czek, który miał wartość mniejszą niż 1 dolar. Jednym z nich był Donald Trump, miliarder.

Najwidoczniej nawet najzamożniejsi ludzie na świecie cenią każdy grosz.

Rób to, co kochasz — a później to sprzedawaj!

Ostatnimi czasy często powtarza się: „rób to, co kochasz, a pieniądze same przyjdą".

Czyżby?

Po pierwsze uważam, że jak będziesz robił COKOLWIEK w tym społeczeństwie, pieniądze przyjdą. Pytanie brzmi, ile będzie tych pieniędzy i jak szybko

przyjdą. (Czy będą na czas, żeby zapłacić rachunek za prąd?) W centrum Houston widziałem żebraków, którzy zarabiają na życie poprzez wyciąganie ręki. Możesz robić cokolwiek, a pieniądze przyjdą. Taka jest natura naszego systemu.

Ale czy gdy będziesz robił to, co kochasz, pojawią się pieniądze? W ostatnim numerze „YOGA JOURNAL" był wspaniały artykuł na ten temat. W skrócie, ta mantra nie jest prawdziwa, chyba że dodasz do niej jeszcze: „rób to, co kochasz ORAZ sprawdzaj saldo w banku, ORAZ bądź zaangażowany, ORAZ wytrwały, a wtedy może pieniądze się pojawią" — to jest bardziej trafne sformułowanie.

Przyjrzyjmy się sprawie dokładniej. Uważam, że musisz robić to, co kochasz, żebyś mógł być szczęśliwy w życiu i zdrowy. Wierzę również, że musisz robić to, co kochasz tak dobrze, że ludzie kupią to, co zrobiłeś. Dlatego stworzyłem nowe powiedzenie:

„Rób to, co kochasz, a później to sprzedawaj!"

Musiałem spędzić wiele lat, ucząc się rzemiosła pisania, zanim ktokolwiek uznał, że byłem wystarczająco zdolny, żebym był wart jakichkolwiek pieniędzy. Jeśli kochasz pisać, naucz się tej sztuki. Ucz się. Ćwicz. Pracuj nad tym. Trwaj w tym, ucz się dalej, a wkrótce znajdziesz się w sytuacji, w której będziesz mógł zarabiać na tym, co kochasz.

Mark Twain radził pisarzom, żeby przepracowali dwa lata w gazecie — za darmo. „Jeśli po tym czasie gazeta Cię nie zatrudni”, mówił, „zostań stolarzem.”

Jeśli chcesz tańczyć, obowiązują te same zasady. Istnieje pewien rodzaj stażu, który musi mieć miejscem, zanim coś, co kochasz, zacznie przynosić Ci pieniądze. Ktoś, kto chce być terapeutą, nie ogłasza się po prostu w panoramie firm i odnosi sukces. Nawet Milton Erickson, najprawdopodobniej najlepszy hipnoterapeuta wszechczasów, musiał zmierzyć się z drwinami i wciąż pracować nad swoim rzemiosłem, zanim udało mu się odnieść sukces. To nie dzieje się z dnia na dzień, bez względu na to, jak często będziesz wygłaszać afirmację „rób to, co kochasz, a pieniądze same przyjdą”.

Pokażę Ci jeszcze jeden przykład.

Odnoszący największe sukcesy nauczyciel jogi

Najskuteczniejszym nauczycielem jogi, być może w całym kraju, jest Lex Gillan, założyciel The Yoga Institute oraz New Age Bookshop w Houston. Lex to elokwentny, łagodny facet z brodą, który jest oddany

temu, co robi — a jednocześnie ma na tyle zmysłu biznesowego, że zarabia na tym, co kocha.

Lex uczy na siedmiu poziomach (od początkującego do zaawansowanego) z zakresu Radża jogi i Hatha jogi, a na każde z jego zajęć przychodzi średnio 500 uczniów (zgadza się, pięciuset) co sześć tygodni. Żaden inny nauczyciel jogi nie ma tylu uczniów. Ale Lex prowadzi również przytulną księgarnię New Age Bookshop w centrum Houston, sponsoruje wielu znanym w kraju nauczycielom jogi wydarzenia weekendowe, spędza kilka tygodni w roku w różnych klasztorach na medytacji, a wciąż znajduje czas dla swojej żony i dziesięciomiesięcznego synka.

Gillan jest byłym trenerem trójboju siłowego, sam zgarnął wiele nagród za zawody. Porzucił jednak podnoszenie ciężarów, swoje trofea oraz ponad 40 kg wagi, aby zająć się jogą. To było prawie dwadzieścia lat temu.

— Byłem nieszczęśliwym, ważącym ponad 113 kg sportowcem — mówi. — Byłem zmęczony codziennym jedzeniem kilograma czerwonego mięsa i wypijaniem kilku litrów mleka.

Ale prawdziwy punkt zwrotny dla Lexa nadszedł w momencie, gdy został zwolniony ze swojej posady bankowca w 1974 roku. Było to coś, co pomogło Lexowi zająć się tym, co kochał, na pełny etat. Wykorzystał ostatnie $ 800 z tysiąca, który miał,

wykupił 30 dni reklamy w gazetach w Houston i otworzył The Yoga Institute.

— Bycie zwolnionym okazało się błogosławieństwem — powiedział Gillan. — Nigdy wcześniej nie miałem odwagi, żeby zacząć coś samemu.

Mówi, że jego pięcioletnie doświadczenie w dziale kredytów komercyjnych banku oraz biznesowe wykształcenie pomogły mu sprawić, że Instytut stał się dochodowym przedsięwzięciem. Tam nauczył się, jak prowadzić interes.

— Bycie konsekwentnym pomogło mi w interesach — wyjaśnił.

Zbyt wielu nauczycieli jogi ulega panującym modom. Nie Lex.

— Prowadzę działalność w tym samym miejscu od 1974 roku.

Lex bardzo ciężko pracuje nad tym, żeby jego interes pozostawał nieskomplikowany.

— Jeśli dasz ludziom zbyt wiele wyboru, ich decyzja to żadna decyzja — tłumaczył. — Jedyne, czym się zajmuję, to uczenie jogi i wciąż jest to dla mnie największa radość w życiu.

Lex wstaje codziennie o 4. rano, a o 5. jest w swoim sklepie. Kiedy tylko nie obsługuje klientów księgarni, telefonuje do potencjalnych uczniów oraz utrzymuje (z pomocą siostry) aktywną listę adresową, na której

widnieje ponad 10 000 nazwisk. Zatrudnia dwóch pracowników na pół etatu do pomocy w prowadzeniu księgarni z ponad 4000 książek. Lex pracuje średnio 80 godzin w tygodniu i sam prowadzi wszystkie zajęcia jogi.

Jakie są efekty jego pracy? Gillan mówi, że przeprowadził ponad 8000 zajęć jogi z ponad 30 000 osób, co może czynić jego nauczanie największym sukcesem w kraju.

— Kocham to, co robię — mówi Gillan.

Jakie są jego plany dotyczące The Yoga Institute?

— Nie myślę w ten sposób — tłumaczy Gillan. — Nigdy nie planuję życia więcej niż sześć tygodni naprzód. Lubię to, co robię i po prostu będę robił to dalej.

Bez wątpienia będzie dobrze prosperował i się rozwijał. Dlaczego? Ponieważ Lex robi to, co kocha — i wie, jak sprzedawać to, co robi.

Podążaj za swoim wewnętrznym kompasem

„Podążaj za swoją błogością” — te słowa przypisuje się Josephowi Campbellowi. Podoba mi się to powiedzenie. Krótkie, przyjemne i posiadające znaczenie.

Zawsze podążałem za swoją pasją. Kiedy przeczytałem o mężczyźnie, który wyleczył się ze ślepoty, podekscytowałem się tym i napisałem do niego. W efekcie powstał fascynujący wywiad z Meirem Schneiderem — oraz artykuł z okładki dla magazynu „EAST WEST”, a wywiad został włączony do książki *Meetings With Remarkable Men and Women*.

Kiedy lata fascynacji pisaniem i medytacją scaliły się w coś, co było dla mnie pasjonujące, usiadłem i napisałem książkę *Zen and the Art Of Writing*, która stała się dla mnie pierwszą książką.

Gdy moja miłość do książek sprawiła, że odkryłem prace Alana Cohena, byłem zachwycony. A moje szczęście płynące z czytania jego książek sprawiło, że zacząłem pisać recenzje jego utowrów, aż wreszcie go spotkałem — i pomagałem mu redagować jego książkę *The Healing of the Planet Earth*.

Kiedy moje zainteresowania sprawiły, że zapragnąłem grać na harmonijce, poddałem się temu pragnieniu. Zabrało mi to cały rok codziennych ćwiczeń, czytałem

książki i słuchałem nagrań, ale teraz gram to, na co mam tylko ochotę, a nawet napisałem swoją pierwszą piosenkę — która została opublikowana!

A kiedy moje podniecenie pracami Williama Saroyana przekształciło się w pragnienie napisania o nim komedii w jednym akcie, zrobiłem to. W efekcie powstała sztuka, którą wciąż kocham — i która została wyprodukowana w Houston w 1979 roku.

Mógłbym tak mnożyć kolejne przykłady.

Mandy Evans, wspaniała, cudowna opiekunka *Option Method* w San Diego, mówi, że każdy z nas ma wewnętrzny kompas, który pomaga nam odnaleźć naszą drogę. Ten wewnętrzny kompas, jak twierdzi Mandy, to „Twoje własne pragnienia".

Budda podobno powiedział: „pragnienie jest przyczyną wszelkiego cierpienia". Według Mandy, Budda tak naprawdę powiedział, że „źle pojęte pragnienie jest przyczyną wszelkiego cierpienia". A to jest wielka różnica.

Pragnienie to Twoje wewnętrzne poczucie kierunku, jak mówi Mandy. „Ten system nawigacji eliminuje żal i poczucie winy" — pisze w *Emotional Options*, swojej pierwszej książce. Kiedy Twoje pragnienie staje się potrzebą lub przywiązaniem, wtedy pojawia się emocjonalne cierpienie w formie złości, strachu, smutku czy winy.

Wierzę, że zawsze wiemy, czego chcemy, co nas ekscytuje, co sprawia, że ożywamy i czujemy się szczęśliwi. Sęk w tym, że nie zawsze przyznajemy sami przed sobą, czego chcemy. Czasami jestem marudny i łatwo się złoszczę, jeśli nie wyśpię się wystarczająco. W takich chwilach, jeśli jestem ze sobą szczery, po prostu pytam siebie, czego chcę, a jeśli jestem szczery, wiem, że potrzebuję drzemki.

Podążanie za swoją błogością i szczęściem polega na tym samym. Wiesz, co Cię ekscytuje. Wiesz, czym jest Twoja błogość. Gdzieś w Tobie jest małe dziecko, które chce wyjść i się pobawić. Co sprawia, że na Twojej twarzy pojawia się promienny uśmiech? Co wprawia Cię w zachwyt?

Victor Dishy, w swojej wspaniałej książce *Inner Fitness*, radzi, żeby „Podążać Za Swoją Fascynacją". Dishy, milioner, który sam doszedł do swojego majątku, jest zwolennikiem „Duchowości Stosowanej". Proponuje, żebyś podążał za swoją „fascynacją" i robił to w sposób, który jest praktyczny.

Musisz pamiętać o tym, że pieniądze nigdy nie są na pierwszym miejscu w podążaniu za pasją. Sukces finansowy jest produktem ubocznym wierności sobie oraz okazywania miłości wobec czegoś. Dishy mówi: „Podążaj za swoją fascynacją, a TY staniesz się fascynujący; Twoja radość i to, że jesteś pełen życia, stanie się zaraźliwe".

Mój przyjaciel — bardzo zamożny wydawca w Teksasie — mówi: „Jest świat pieniędzy i jest świat Twojej pasji. Sztuczka polega na tym, żeby znaleźć miejsce, w którym się przecinają”.

Robienie tego, co kochasz, co Cię ekscytuje, podnieca oraz sprawia Ci przyjemność, sprawia, że masz kontakt ze swoją ścieżką duchową. Robienie tego, co przynosi pieniądze, tego, co dba o Ciebie i Twoich najbliższych, sprawia, że jesteś mistykiem na targowisku.

Wewnętrzne spełnienie przynosi gotówkę

— Nie chcę pieniędzy — powiedział mi przyjaciel. — Chcę wewnętrznego spełnienia.

Najpierw powiedział mi, że chce zarobić w tym roku $ 600 000. Postarałem się i dałem mu osobistą strategię, aby stworzyć bogactwo. A teraz mówi mi, że nie chce forsy, tylko wewnętrznej satysfakcji. Na początku myślałem, że wyraża swój strach wobec pieniędzy. Ale nie.

— Jeśli dążysz do wewnętrznego spełnienia poprzez całkowite służenie innym — powiedziałem mu — i jeśli pamiętasz, żeby brać opłatę za to, co robisz, wtedy dostaniesz za to forsę. Pieniądze pojawiają się jako produkt uboczny służenia sobie samemu i innym, w sposób, który zgodny jest z prawami biznesu.

Istnieje sporo książek o tym, jak manipulować ludźmi. To, czego im brakuje, to długotrwały efekt, który utrzymasz.

Możesz przekonać kogoś do kupienia Twojej usługi, ale jeśli ten ktoś będzie żałował swojej decyzji albo jeśli nie wykonasz czegoś tak, jak obiecałeś, co będą o Tobie mówić?

Michael LeBeowulf, w swojej niesamowitej książce *Keep Customers For Life*, pisze, że niezadowoleni klienci powiedzą od 6 do 9 osobom o Twojej kiepskiej usłudze. To dużo negatywnego PR-u.

— Skup się na służeniu ludziom — powiedziałem swojemu przyjacielowi. — I pamiętaj o tym, żeby brać za to przyzwoitą opłatę. Ludzie zaakceptują rachunek, jeśli będziesz o nich dbał. Będziesz czuł się spełniony i oni także.

Takim samym błędem jest zbytnie skupianie się TYLKO na zarabianiu pieniędzy, jak i skupianie się TYLKO na wewnętrznym spełnieniu. Prawdziwe spełnienie pochodzi z równowagi obu.

Hugh Prather powiedział kiedyś, że zbyt wielu ludzi marnuje energię, próbując materializować rzeczy, których chce, poprzez afirmacje, wizualizacje, rytuały i tak dalej. Zaproponował, żebyś po prostu podjął pracę, którą lubisz. Praca na płaszczyźnie umysłowej nie wystarczy. Możesz wykonać tyle pracy wewnętrznej, ile tylko chcesz, ale w pewnej chwili będziesz musiał wyjść na arenę biznesu i rzeczywiście ZROBIĆ coś wartościowego dla innych.

Wykorzystaj sygnał

— Wszechświat wysłał mi wyraźną wiadomość, żebym tego nie robił — niemal codziennie słyszę te słowa. Oto przykład:

— Próbowałem zdobyć posadę nauczyciela w college'u, ale zgłosiło się ponad 200 kandydatów i zrezygnowałem — powiedział mi przyjaciel. Skończył trzy fakultety, ma więcej doświadczenia z warsztatów niż ktokolwiek, kogo znam, naturalny talent terapeutyczny, a jednak pracuje za płacę minimalną jako sprzedawca i nienawidzi tej roboty!

— Chyba cały świat chce mi powiedzieć, żebym zapomniał o nauczaniu — wzruszył ramionami.

— Skąd wiesz, że nie powinieneś postarać się bardziej? — zapytałem. — Wytrwałość jest ważniejsza niż talent i szczęście. Sam Calvin Coolidge tak powiedział.

— Próbowałem już od czterech lat. Potrafię zrozumieć sygnały.

— Ile podań wypełniłeś w przeciągu ostatnich czterech lat?

— Nie wiem. Pewnie 25 lub 30. Dużo.

— Ledwie zacząłeś proces — powiedziałem. — Słuchaj, pułkownik Sanders[18]— był starym człowiekiem, który chodził od drzwi do drzwi, próbując sprzedać swój przepis na kurczaka i cały czas spotykał się z odmową. Gdybyś był nim, poddałbyś się po 25 odmowach?

— Może.

— Czy przestałbyś się starać po 100 odmowach?

— To byłby wyraźny znak, że wszechświat nie chce, żebym podążał w tym kierunku. Na pewno przestałbym się starać.

— Posłuchaj, mój przyjacielu. Pułkownik Sanders ponad TYSIĄC razy usłyszał „nie”, zanim dokonał pierwszej sprzedaży.

[18] Harland Sanders — założyciel sieci restauracji szybkiej obsługi KFC [przyp. tłum.].

— Naprawdę?

— Chcesz być nauczycielem? — zapytałem go.

— Tak.

— Więc dlaczego poddawać się teraz? 25 razy „nie" to drobiazg.

— Wszechświat wydaje mi się nie sprzyjać — powiedział.

— Myślę, że obwiniasz wszechświat — powiedziałem. — Weź na siebie odpowiedzialność za to, co robisz. Odczytywanie 25 „nie" jako znaku, że masz przestać, to TWOJA interpretacja. To nie ma nic wspólnego z wszechświatem.

— Sam nie wiem — zająknął się mój kolega. — Potrzebuję znaku, który powie mi, że jestem na słusznej drodze.

— Może cała ta rozmowa to znak, żebyś szedł za swoim marzeniem — upierałem się. — A czym jest wszechświat według ciebie?

— Wszystkim. Samym życiem.

— TY jesteś wszechświatem — powiedziałem. — Ludzie mówią, że mogą zdziałać cuda, ale tego nie robią. Zrzucają odpowiedzialność na jakiś „wszechświat" gdzieś tam. To tylko sprytny sposób odnoszenia się do Boga lub jakiegoś wyższego bytu.

— Skąd mam wiedzieć, co powinienem teraz zrobić?

— Bądź ze sobą szczery. Pod powierzchnią Twojego strachu i zmartwień jest wiedza dotycząca tego, co robić. Gdybyś się nie bał, co byś zrobił?

— Nauczał.

— Więc rób to.

Tak samo jak mój przyjaciel, zbyt wielu zwolenników *New Age* próbuje odczytywać różne wydarzenia jako przesłanie od „wszechświata". Jeśli wiesz, czego chcesz i do tego zmierzasz, wszystko, co się dzieje, będzie po prostu cząścią tej drogi. Nawet odmowa lub utkwienie w miejscu może być traktowane jako wyzwanie dla Ciebie, żebyś myślał bardziej kreatywnie lub wykonał swoją wolę.

Zasady biznesu

Oto rzeczy do przemyślenia:

Jeśli nie będziesz robić tego, co kochasz, stracisz swój interes. Ludzie zauważą Twój brak entuzjazmu i radości. To uczy Cię, żeby podążać za swoją błogością.

Jeśli nie będziesz słuchał swoich klientów lub przełożonego, nie utrzymasz się na rynku. Ludzie chcą być

obsługiwani. Chcą tego, co mówią, że chcą, oraz chcą tego wtedy, gdy mówią, że tego chcą. To uczy Cię służyć.

Jeśli nie będziesz robił tego, o co ludzie Cię proszą, albo za co Ci płacą, stracisz interes. Ludzie w biznesie zazwyczaj zatrudniają Cię, po to, aby zaspokoić konkretną potrzebę. Musisz skoncentrować się na NICH, nie na sobie, aby utrzymać się w biznesie. To uczy Cię zostawiać ego na boku.

Jeśli nie będziesz wykonywać swojej pracy umiejętnie i precyzyjnie, stracisz interes. W dzisiejszym świecie istnieje duża konkurencja w obszarze tych samych umiejętności i usług. Chodzi o to, żeby być profesjonalistą w tym, co się robi. To uczy Cię bycia mistrzem w swojej dziedzinie.

Jeśli nie będziesz sprzedawał tego, co robisz, ludzie tego nie kupią. Wszystko, co mówisz i robisz, przekazuje informacje o Tobie i Twojej pracy. Jeśli nie zdasz sobie sprawy z tego, że jesteś sprzedawcą, nie utrzymasz się w biznesie. To uczy Cię komunikacji.

Człowiek, którego nikt nie zna

W połowie lat 20. Bruce Barton napisał bestseller pod tytułem *The Man Nobody Knows*. Opisał w nim Jezusa nie tylko jako wielkiego przywódcę duchowego, ale również skutecznego managera biznesu. Barton w końcu zauważył, że Jezus więcej czasu spędzał na targowisku niż w synagodze.

Pomyśl o tym.

Posłowie

Rozdziały, które przeczytałeś, odnoszą się do wydarzeń, które miały miejsce ponad dwadzieścia lat temu.

Co stało się po tych wydarzeniach?

Nadal borykałem się z problemami, rozwijałem się, podążałem za swoimi marzeniami i celami — ale małymi kroczkami. Wszystkie moje doświadczenia pomogły mi się rozwinąć i dojrzeć. Ale dopiero kiedy odkryłem książkę Jerry'ego i Esther Hicksów, zaczęło się dziać.

Jerry i Esther Hicksowie są moimi przyjaciółmi oraz klientami. Znam ich od ponad 12 lat. Napisałem wstęp do jednej z ich książek. Napisałem też dla nich kilka reklam do magazynów o krajowym zasięgu. Dzisiaj stają się sławni z powodu swoich pozytywnych przesłań.

Ich przesłanie dotyczy podążania za marzeniami poprzez dążenie za tym, co czujemy, że jest najlepsze w danej chwili. Dzięki nim nauczyłem się potęgi zamierzeń, emocji i podążania za uczuciami. Możesz się dowiedzieć o nich więcej na stronie:

http://www.abraham-hicks.com

Uważam jednak, że w ich przesłaniu czegoś brakuje. W moim przypadku nie zawsze działało tak, jak w przypadku ludzi, których znam. Odkryłem, że jeśli nosisz w sobie przekonanie, które nie zgadza się z Twoim zamiarem, to przekonanie może sabotować Twój sukces, bez względu na to, jak dobrze się czujesz. Mówiąc w skrócie, musi być sposób na pozbycie się tych ograniczających przekonań.

I to tutaj moje odkrycie Jonathana, uzdrowiciela, o którym pisałem w *Marketingu duchowym*, sprawiło, że życie zmieniło się tak dramatycznie. Od kiedy zacząłem pracować z nim, przyglądać się swoim ograniczającym przekonaniom oraz się ich pozbywać, moje życie wzbiło się na wyżyny. Książki znajdywały wydawców. Przeprowadziłem się do miłego, bezpieczniejszego domu w lepszej części miasta. Zamiary dotyczące moich finansów, szczęścia oraz zdrowia, zaczęły się spełniać. Stałem się nawet gwiazdą Internetu, a teraz jestem uważany za pioniera marketingu internetowego.

Rezultatem mojej pracy z Jonathanem, w połączeniu z moimi doświadczeniami oraz znajomością z Jerrym i Esther Hicksami, było opracowanie moich własnych pięciu kroków prowadzących do spełnienia marzeń. Wszystko wyjaśniłem w książce *Marketing duchowy*. Jeśli chcesz poznać resztę mojej historii, sięgnij po tę książkę.

Jeśli interesujesz się, z jakimi uzdrowicielami i pomocnikami pracuję ostatnimi czasy, oto kilka osób:

Ann Taylor Harcus http://www.innerhealing.com
e-mail: miracles22@aol.com

Dr. Roopa Chari http://www.charicenter.com
e-mail: ChariCenter@aol.com

Mandy Evans http://www.mandyevans.com
e-mail: Mandy@MandyEvans.com

Art Martin e-mail: artmartin@mindspring.com

John Harricharan http://www.insight2000.com
e-mail: jhh711@insight2000.com

A w międzyczasie, dziękuję Ci za przeczytanie tej książki. Ufam, że Ci się podobała, była inspirująca, a może nawet zrozumiałeś coś, co i Tobie pomoże podążyć za marzeniami i je spełnić.

Ciekaw jestem, co teraz zrobisz.

Odważ się na coś, co na to zasługuje.

O Autorze

Dr. Joe Vitale jest autorem międzynarodowego bestsellera nr 1 *Marketing duchowy*, najlepiej sprzedającej się książki elektronicznej *Hipnotyczny marketing*[19], najlepiej się sprzedającego programu audio *The Power of Outrageous Marketing* oraz wielu innych prac, m.in. światowego bestsellera *Największy w historii sekret robienia pieniędzy*.

Jego ostatnia książka, napisana wspólnie z Jo Han Mokiem, nosi tytuł *The ECode: 47 Secrets for Making Money Online Almost Instantly*. Obecnie pracuje nad książką z Dr. Robertem Anthonym pod tytułem *Spiritual Marketing in Action*.

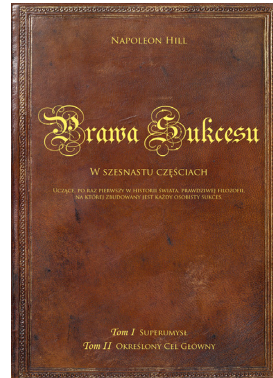
Joe jest również wyświęconym kapłanem, certyfikowanym praktykiem metafizyki, certyfikowanym hipnoterapeutą oraz certyfikowanym uzdrowicielem Chi Kung. Ma tytuł doktora metafizyki.

[19] Dostępne jest polskie wydanie: Vitale J. *Hipnotyczny Marketing*, Gliwice 2008.

Dr. Vitale mieszka obecnie w Hill Country, koło Austin w Teksasie, razem ze swoimi zwierzakami i swoją miłością, Nerissą.

Aby obejrzeć katalog jego książek, kaset, przeczytać kilkadziesiąt darmowych artykułów napisanych przez niego lub zapisać się na listę osób otrzymujących jego popularny, darmowy newsletter, odwiedź jego główną stronę: http://www.mrfire.com lub zajrzyj na nową stronę: http://www.DrJoeVitale.com.

Zapraszamy także na polską stronę Joe Vitale, na której znajdziesz więcej informacji o nim, jego przyjazdach do Polski, książkach, nagraniach wideo: www.vitale.pl.



Prawa sukcesu

Poznaj Prawa Sukcesu, które przetestowały miliony ludzi na całym świecie. Po raz pierwszy dostępne również w Polsce.

Napoleon Hill, autor publikacji, którego chyba nie trzeba nikomu przedstawiać, poświęcił 15 lat na zbieranie, klasyfikowanie i organizowanie PRAW SUKCESU, opierając się na życiu i osiągnięciach takich ludzi jak: Henry Ford, Andrew Carnegie czy John D. Rockefeller. Teraz Ty także możesz poznać Prawa, których stosowanie odmieniło życia, kariery i losy wielu ludzi w ciągu ostatnich blisko 100 lat.

Te Prawa stanowią podstawę, od której wychodzą praktycznie wszyscy współcześni mówcy motywacyjni, doradcy zmiany osobistej, specjaliści od psychologii sukcesu. Cytaty z Napoleona Hilla można przeczytać praktycznie wszędzie, a powołują się na niego między innymi Anthony Robbins, Brian Tracy czy Joe Vitale. To, o czym pisze Napoleon Hill, zostało także wykorzystane w filmie i książce „Sekret", która w Polsce także nie schodzi z list bestsellerów.

Zdobywając wszystkie osiem części sukcesu, masz szansę poznać spójny program odpowiadający na następujące pytania:

- jak działać krok po kroku, żeby osiągnąć realny sukces w swoim życiu?
- w jaki sposób myśleć, żeby się bogacić?
- jak budować nawyki, które zwiększą Twoją osobistą skuteczność w większości obszarów Twojego życia?

czy wreszcie poznasz:

- jakie 16 praw w bezwzględny sposób odpowiada za sukces w Twoim życiu.

„Żałuję, że nie było takich książek 14 lat temu. Moje życie na pewno potoczyłoby się inaczej."

Krzysztof, jestem doradcą klienta w zakresie ubezpieczeń BHP

Jeżeli chcesz wprowadzić swoje życie na właściwe tory, sięgnij teraz po Prawa Sukcesu i zacznij z powodzeniem stosować je w swoim życiu.

Publikację można zamówić na stronie internetowej Wydawnictwa Złote Myśli:
http://prawa-sukcesu-tom1.zlotemysli.pl



Bogać się, kiedy śpisz

Oczywiście tytułu tej książki nie można traktować dosłownie. Niemniej, ludzie, którzy przeczytali tę książkę, wiedzą już **jak wykorzystać swoją podświadomość** (która pracuje także, kiedy Ty śpisz).

Zmienili swój sposób myślenia na taki, który pomógł im osiągnąć to o czym marzyli: **udany związek, wpływ na innych, zdrowie, czy pieniądze**. Z pewnością wiesz, że cały nasz umysł jest podzielony na dwie części: Świadomą i nieświadomą.

Część świadoma odbiera wrażenia za pomocą zmysłów wzroku, słuchu, dotyku, smaku i węchu. Jest bardzo skuteczna w podejmowaniu tysięcy codziennych decyzji. Kiedy wykonujesz jakąkolwiek świadomą czynność – bierzesz ze stołu ołówek, mówisz do kelnera, dzwonisz do kogoś – Twoja Świadomość wysyła sygnały do Twojego ciała. Kiedy zaś zasypiasz, Twoja Świadomość także zasypia.

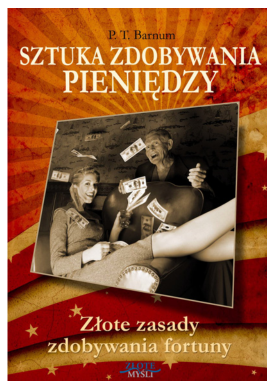
Ta druga część umysłu nie śpi nigdy. To jest właśnie **Twórcza Podświadomość**. Twórcza Podświadomość dosłownie utrzymuje Cię przy życiu. Odpowiada za nieświadome funkcje, takie jak bicie serca i oddychanie. Dla nas jednak najważniejsze jest to, że Twoja Twórcza Podświadomość **steruje także Twą osobowością**, Twym charakterem, popędami oraz najgłębszymi i najbardziej skrytymi pragnieniami!

Ta książka pokazuje, jak używać własnej podświadomości, gdy śpisz, aby osiągnąć to, czego chcesz od życia... Lepszy związek, małżeństwo, pieniądze, wpływ na innych.

Na własne życzenie będziesz mógł używać swojego twórczego umysłu w rozwiązywaniu codziennych problemów, podejmowaniu właściwych decyzji i znajdowaniu sposobów na osiągnięcie swoich celów.

Brzmi to mało realnie, nieprawdaż? Tak uważali praktycznie wszyscy, którzy zdecydowali się sięgnąć po tę książkę, ZANIM jej nie przeczytali.

Sztuka zdobywania pieniędzy



Zdobądź ponadczasową biblię zarabiania pieniędzy i poznaj sekret skuteczności jednego z pierwszych milionerów

Książka, którą właśnie trzymasz w ręku, od ponad 100 lat bezwzględnie udowadnia swoją skuteczność jako przewodnik budowania osobistej fortuny. Dzieło to zostało napisane w czasach wielkiego kryzysu i skoro te metody działały wtedy, to tym bardziej dzisiaj możesz jeszcze skuteczniej wykorzystać ich moc. Co więcej, masz szansę poznać styl myślenia, który charakteryzuje najbogatszych.

Ta książka to przewodnik, z którego dowiesz się:

- jak, wykorzystując kilka prostych rad, zapanować nad swoimi osobistymi finansami,
- w jaki sposób wykształcić sobie nawyk oszczędzania,
- co w realny sposób uchroni Cię przed biedą,
- jakie cechy charakteru powodują, że tylko nieliczni stają się obrzydliwie bogaci,

i wreszcie:

- praktyczne podpowiedzi, co robić i jak myśleć, żeby być bogatym.

P.T. Barnum (1810–1891) — jeden z pierwszych milionerów Ameryki, który opowiedział o tym, jak bogacić się nawet w najbardziej beznadziejnej sytuacji finansowej. Był genialnym marketerem, założycielem jednego z najbardziej rozpoznawalnych cyrków na świecie i przede wszystkim wiedział, jak zarabia się pieniądze. Do tego, aby budować fortunę, wykorzystywał tylko i wyłącznie swój umysł. Jego znakiem rozpoznawczym była inteligencja, poczucie humoru i bezkompromisowe działanie. Jeżeli nie jesteś w stanie działać z rozmachem, to prawdopodobnie jego dzieło zanudzi Cię na śmierć.

„Książkę «Sztuka zdobywania pieniędzy» polecam każdemu, kto lubi słuchać ludzi. Zwłaszcza tych ludzi, którzy czegoś w życiu dokonali; chętnie przekazują swoje mądrości życiowe i doświadczenia, które zmieniły ich los. Takim człowiekiem niewątpliwie był P. T. Barnum.”

Patryk Szymański, Przedsiębiorca

Za chwilę zdobędziesz książkę nazywaną przez wielu „biblią milionerów”. Tylko Ty zdecydujesz, co zrobisz z tą wiedzą.

Publikację można zamówić na stronie internetowej Wydawnictwa Złote Myśli:
http://marketing-barnum.zlotemysli.pl